



ศูนย์บรรเทา ภิรรษษ  
Siriraj Palliative Care Center

# เรื่องเล่าจากใจ



Siriraj Palliative Care Day 2019

**Advance Care Planning**

วันที่ 20-22 พฤศจิกายน 2562  
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล



ศูนย์บริรักษ์ ศิริราช  
Siriraj Palliative Care Center

# เรื่องเล่าจากใจ



ศูนย์บริรักษ์ ศิริราช  
Siriraj Palliative Care Center

# เรื่องเล่าจากใจ

# เรื่องเล่าจากใจ

ที่ปรึกษา : รศ.นพ.วิศิษฐ์ วามวาณิชย์

บรรณาธิการอำนวยการ : อาจารย์ น.พ.ชนินทร์ ลีม่วงค์

พญ.ประถมาภรณ์ จันทร์ทอง

นพ.ศุภการ เตชสุนันต์

นพ.ภิญโญ ศรีวีระชัย

นพ.ชัยรัฐ ศรีภิรมย์

พว.ศรีอรุณ ธนะรัชติการนนท์

บรรณาธิการ : พว. สาลินี สมานะวณิชย์

ผู้ช่วยบรรณาธิการ : พว. ราตรี ฉิมฉลอง

ISBN: 978-616-443-366-3

พิมพ์ครั้งที่ 1 : พฤศจิกายน 2562

จำนวนพิมพ์ : 800 เล่ม

ออกแบบปก : บริษัท พี.เอ.ลีฟวิ่ง จำกัด

จัดพิมพ์โดย : คณะกรรมการดำเนินการ Palliative Care

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล และศูนย์บริรักษ์ ศิริราช

พิมพ์ที่ : บริษัท พี.เอ.ลีฟวิ่ง จำกัด

โทรศัพท์ 0-2881-9890

---

# คำนิยม

---

เรื่องทุกเรื่องที่คุณเขียนทุกท่านได้บรรจงรังสรรค์จากประสบการณ์ชีวิตที่ได้เกี่ยวข้องในการดูแลพยาบาลผู้ป่วยระยะสุดท้ายที่ได้ถูกบรรจุลงในหนังสือล้วนมีคุณค่า เช่นเดียวกับชีวิตทุกชีวิตที่ถูกกล่าวถึงซึ่งมีศักดิ์ศรีและคุณค่าของความเป็นมนุษย์ เรื่องราวจากใจที่ถูกถ่ายทอดเป็นเรื่องราวแสดงให้เห็นความหมายของชีวิตและความสัมพันธ์ทางจิตวิญญาณที่มนุษย์พึงมีให้กันซึ่งจะเป็นประโยชน์สำหรับผู้ที่กำลังประสบสถานการณ์เดียวกันและบุคลากรทางการแพทย์ที่ให้การดูแลรักษาผู้ป่วยเหล่านี้ ขอชื่นชมและขอบคุณผู้มีส่วนร่วมทุกท่านที่ร่วมกันทำสิ่งดีๆ เช่นนี้ให้เกิดขึ้นในสังคม



รองศาสตราจารย์ นายแพทย์วิศิษฐ์ วามวาณิชย์  
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลศิริราช

---

# คำนิยม

---

ความเจ็บป่วยและการตายเป็นเรื่องธรรมดาโลก กระนั้นเมื่อคนใกล้ชิดเข้าสู่เหตุการณ์ดังกล่าว น้อยคนจะวางใจนิ่งเป็นกลางได้ เราทุกคนย่อมพยายามที่สุดเพื่อบุคคลอันเป็นที่รัก แม้จะรู้ว่าเวลาเหลือไม่มาก ทุกคนอยากที่จะปราศจากความทุกข์ ความทรมาน ความเจ็บปวด ความไม่แน่นอน และการไร้ความสามารถในการควบคุมชีวิต ทักษะในการเผชิญหน้ากับสิ่งเหล่านี้ไม่มีสอนในโรงเรียน มีเขียนในตำราก็ไม่มากมายนักและมีความแตกต่างแปรผันจากบริบทหนึ่งไปอีกบริบทหนึ่งสูงมาก เป็นองค์ความรู้ที่สะสมจากประสบการณ์ ถ่ายทอดมาเป็นศาสตร์ร่วมกับศิลปะการปรับใช้ของแต่ละบุคคล แต่เป็นสาระความรู้ด้านที่สำคัญยิ่ง

หนังสือ เรื่องเล่าจากใจ เป็นสาระนิพนธ์ที่รวบรวมบทความที่เกี่ยวข้องกับศาสตร์ในการดูแลผู้ป่วยและครอบครัว เมื่อโรคทางร่างกายมีอาจรักษาจนหายขาดและบุคคลที่เป็นที่รักของผู้นิพนธ์ต้องเผชิญ ไม่ว่าจะมาจากมุมมองผู้ป่วยเอง ของบุตรหลาน ญาติใกล้ชิด ผู้ดูแล หรือบุคลากรทางการแพทย์ที่ร่วมดูแลผู้ป่วย โดยมีเป้าหมายที่จะสะท้อนความจริงด้านต่างๆ ของความเจ็บป่วย โดยเฉพาะในวาระสุดท้าย และศาสตร์ในการช่วยให้เขาเหล่านั้นเผชิญหน้ากับความกลัว ความกังวล ความเศร้าเสียใจที่กำลังจะเกิดหรือเกิดขึ้นแล้วก็ตาม รวมทั้งเปิดโลกทัศน์ของผู้อ่านให้เห็นทั้งด้านบวกและด้านลบของการดูแลผู้ป่วยกลุ่มนี้ มีทั้งด้านที่ผิดหวัง และด้านที่ประทับใจ ละครกันไป โดยเน้นการเล่าประสบการณ์จริงที่เห็นด้วยตา สัมผัสด้วยใจ รู้สึก

ด้วยอารมณ์ของผู้เล่า ด้วยหวังว่าเรื่องเล่าเหล่านี้จะได้เป็นแรงบันดาลใจ เป็นเครื่องเตือนใจ และเป็นบทเรียนที่จะให้อ่านนิสงส์แก่ผู้อ่านและผู้อื่นที่อาจต้องเผชิญสถานการณ์เดียวกัน

หากแม้ข้อความเพียงไม่กี่ประโยค เรื่องที่มีเนื้อหาสั้นๆ ความคิดเพียงเล็กๆ น้อยๆ หรือความเห็นส่วนตัวที่อาจจะดูผิวเผิน จะได้ส่งผลเปลี่ยนแปลงแนวคิด แนวทาง และแนวปฏิบัติของการดูแลผู้ป่วยที่มีโรคเรื้อรัง โดยเฉพาะในระยะท้าย เพื่อนำไปสู่ระเบียบ ระบบ ทีมงาน โครงสร้างสนับสนุน ที่ดีขึ้นอีกได้ ก็คงจะยังประโยชน์สมความตั้งใจของผู้นิพนธ์ที่มีอุตสาหกรรมสละเวลาอันมีค่าได้เล่าเรื่องจากใจ มาแต่ทุกท่าน ขอขอบพระคุณผู้นิพนธ์และผู้รวบรวมจัดทำหนังสือเรื่องเล่าจากใจ เป็นอย่างยิ่งมา ณ โอกาสนี้



อาจารย์ นายแพทย์ชรินทร์ ลิ้มวงศ์

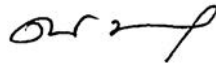
ประธานศูนย์บริการฯ ศิริราช

---

# คำนิยม

---

ความรู้ที่ได้จากตำรานั้นอาจไม่ลึกซึ้งเท่ากับความรู้ที่ได้จากเรื่องเล่าของผู้ที่มีประสบการณ์ตรง เรื่องเล่าสามารถสร้างพลัง ความสวยงามของถ้อยคำ ทำให้ผู้อ่านรู้สึกอยากมีส่วนร่วม อยากอ่านต่อ เรื่องเล่าจะปลุกฝังเข้าไปในความคิด ความจำได้อย่างชัดเจน ทำให้เกิดความเข้าใจในบริบทการดูแลผู้ป่วย Palliative Care หนังสือ “เรื่องเล่าจากใจ” เล่มนี้เป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่งดงามและมีคุณค่าของมนุษย์ที่พึงปฏิบัติต่อกันด้วยความรัก และก่อให้เกิดความสุขทั้งผู้ให้และผู้รับ การได้อ่านเรื่องราวดีๆ จะช่วยสร้างแรงบันดาลใจ เสริมสร้างกำลังใจเกิดเป็นแรงผลักดันให้เกิดการกระทำความดีต่อกันอย่างไม่สิ้นสุด



นางดารณี พิพัฒน์กุลชัย

หัวหน้าฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช



---

# สารบัญ

---

เพลงสุดท้าย	1
ภาพในใจ	7
ยิ่งรู้จักยิ่งรักเธอ	11
สิ่งที่พ่อรอคอย	17
อโหสิกรรมนำปาฏิหาริย์ก่อนจากไป	23
ความคิดที่เปลี่ยนไป	29
ความรัก ความหวัง รอยยิ้ม	35
ความปรารถนาครั้งสุดท้าย	39
พลังรักนี้เพื่อเธอ	45
สุขสุดท้ายที่เลือกได้	51
พบกันวันสุดท้าย	57
แสงสว่างในความมืด	63
ปรารถนาสุดท้าย	67
เหนื่อยไหม	73
โรตีแผ่นนั้น	79
รักไร้เสียง	85
จากรูปภาพใบหนึ่ง	91
จดหมายถึงยาย	97
ความทรงจำครั้งสุดท้าย	103

---

# สารบัญ

---

เพราะมีเธอในวันนั้น จึงมีฉันในวันนี้	109
จากใจ...มดตะนัง?	115
รูปถ่ายที่ไม่ได้รับ	119
อ้อมกอดของรอยยิ้ม	125
งานสุดท้าย	131
อาม่าคือผู้ป่วยยาก	137
ภาพแห่งความทรงจำเพื่อसानฝันให้แม่	143
แยกโรคแต่ไม่แยกรัก	149
อยู่หรือไปใครตัดสิน	153
ความภูมิใจของชายชาติทหาร	159
เมื่อความสุขสำคัญกว่าดัชนีทางการแพทย์	167
ขอเพียงยังมีหวัง	171
ใจที่คิดจะช่วย	177
พลังใจ พลังความดีด้วยจิตอาสาเพื่อน้อง	183
ขอเลือกได้ไหม	189
เพราะรัก	193



รางวัลที่ 1  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



# เพลงสุดท้าย

จันทร์เพ็ญ กาโนมัย

กลุ่มงานจิตเวช โรงพยาบาลราชพิพัฒน์  
สำนักการแพทย์ กรุงเทพมหานคร

“

“หมอเอายามาฉีดยาให้ตายที” เสียงร้องขอของชายวัย 65 ปี เพราะเจ็บปวดทรมานจากมะเร็งปอด เป็นเสียงแรกที่ได้ยินทันทีที่นักจิตวิทยาเดินเข้าตึกชีวาภิบาล “นักจิตคะ คุณลุงเตี้ยง 9 ร้องโวยวายให้หมอเอายามาฉีดยาให้ตายทั้งคืนเลยคะ ทำให้คนไข้และญาติเตียงอื่นก็ไม่ได้นอน คุณหมอส่งปรึกษานักจิตวิทยา เพราะดูจากอาการทางกาย ไม่น่าจะปวดมากถึงขนาดนี้ หมอर्फินหมอกี้ให้ แต่คุณลุงก็ยังร้องขอให้หมอเอายามาฉีดยาให้ตายเหมือนเดิม คุณหมอสงสัยว่าคุณลุงน่าจะซึมเศร้า แต่ปัญหาคือ คุณลุงไม่ยอมคุยกับใครเลย” น้ำเสียงและสีหน้าของพยาบาลดูเป็นกังวลมาก

หลังจากให้ข้อมูลทั้งหมด ฉันเดินตรงไปที่เตียง 9 สิ่งที่ฉันเห็นคือ ผู้ชายตัวสูงใหญ่ วัยกลางคน นอนร้องไห้ ดิ้นไปมาบนเตียง พร้อมพูดประโยคเดิมซ้ำๆ “หมอเอายามาฉีดยาให้ตายที” ขณะที่ฉันกำลังครุ่นคิดหาวิธีที่จะเข้าหาผู้ป่วย ทันใดนั้นเสียงเพลงของนักดนตรีบำบัดที่กำลังเล่นอยู่ตรงลานหอผู้ป่วยชีวาภิบาลก็กระตุ้นความคิดฉัน “นี่ออกแล้ว”

“คุณลุงคะ หนูมีอะไรบางอย่างมาแลกเปลี่ยนกับคุณลุง หนูรู้ว่าตอนนี้

คุณลุงปวดและทรมานมาก ทำให้ไม่อยากมีชีวิตอยู่แล้ว ความคิดที่อยาก  
จะตายหนูขอให้เป็นความคิดสุดท้าย ถ้าคุณลุงยอมทำกิจกรรมดนตรีบำบัด  
กับหนู สัญญาว่าจะบอกคุณหมอให้เอายามาฉีดให้คุณลุง”

“จริงนะ อย่าหลอกลุงนะ”

“หนูให้สัญญา” พร้อมกับยื่นมือไปจับที่แขนคุณลุง “ไปค่ะ ทุกคนรอ  
คุณลุงอยู่ รวมถึงภรรยาคุณลุงด้วย”

ทันทีที่รถเข็นหยุดตรงลานกิจกรรม เสียงทักทายของนักดนตรีบำบัด  
“สวัสดีค่ะ คุณลุง คุณป้า วันนี้อยากฟังเพลงอะไรเป็นพิเศษไหมคะ พวกเรา  
เล่นให้ฟังได้ทุกเพลงเลยนะ” ไม่มีเสียงตอบรับจากปลายทาง มีแต่ความเงียบ  
และสายตาที่เศร้าหมอง คุณลุงนั่งก้มหน้าพร้อมกับภรรยาที่นั่งอยู่ข้างๆ สิ่ง  
ฉับสังเกตเห็นคือ สามีภรรยาคุณนี้ นั่งอยู่ข้างๆ กันก็จริงแต่ไม่มีปฏิสัมพันธ์กัน  
เลย นั่งเงียบกันทั้งคู่ ความสงสัยก็เกิดขึ้นทันที ฉับเอื้อมมือไปแตะที่แขน  
คุณลุงเบาๆ

“ถ้าให้คุณลุงเลือกเพลงให้คุณป้าโดยบอกความรู้สึกผ่านบทเพลง  
อยากจะทำเพลงอะไรให้คุณป้าคะ” คุณลุงเงยหน้าพร้อมทอดสายตาวาว  
ผ่านกระจกบานใหญ่ของตึกชีวาภิบาล แล้วเริ่มขยับริมฝีปากด้วยน้ำเสียง  
สั่นเครือ “วันใดขาดฉันแล้วเธอจะรู้สึก” น้ำใสก็ไหลลงอาบแก้มสองข้าง  
นักดนตรีบำบัดเริ่มทำหน้าที่ของตัวเอง เสียงดนตรีดังขึ้น

“วันใดขาดฉันแล้วเธอจะรู้สึก วันไหนสำนึกแล้วเธอจะเสียใจ เธอ  
ต้องการสิ่งใดๆเพียรหาให้อยู่เป็นประจำ ไม่เคยต้องทำให้เธอหมองหม่น เธอ  
คงไม่ซึ้งในคำของคำว่ารัก” เสียงร้องเพลงหยุดลงกะทันหัน เพราะเสียงร้องให้

ที่โหยหวนของคุณลุงดังกว่าเสียงเพลง มีสองข้างจิกเบาแน่นจนสั่นสะท้านไปทั้งตัว ภรรยาที่นั่งข้างๆ เริ่มมีปฏิกิริยา คุณป้าเอามือเช็ดน้ำตาแล้วเอื้อมมือไปจับที่แขนคุณลุง ฉับริบหันไปบอกนักดนตรีบ้ำบัตให้เล่นเพลงต่อไป นักดนตรีบ้ำบัตสองคนมองหน้ากันไปมาด้วยสีหน้าเป็นกังวล แล้วสายตาทั้งคู่ก็จ้องมาที่ฉันทัน “เล่นต่อมันจะดีเหรอพี่” ฉันทันยันคำเดิม เล่นต่อไป ผู้ป่วยกำลังระบายความรู้สึกที่มันถูกเก็บกดไว้ออกมา เสียงเพลงบรรเลงขึ้นอีกครั้ง ฉันทันกระดากทืซซู่ให้คุณลุงแล้วมีอีกข้างแตะที่แขนคุณลุงเบาๆ

“ร้องให้ออกมาเถอะคะ ทุกคนจะอยู่ข้างๆ เป็นเพื่อนคุณลุงตรงนี้ ไม่มีใครทอดทิ้งไปไหน” เสียงร้องให้เริ่มเบาลงเหลือเพียงเสียงสะอื้น เมื่อเพลงจบลง ฉันทันถามต่อ “เพราะอะไรคุณลุงถึงเลือกเพลงนี้ให้คุณป้าคะ” “ความหมายก็ตามชื่อเพลงนั่นแหละ” “แล้วคุณป้าละคะ ฟังเพลงนี้แล้วคิดยังงัยบ้าง” ป้าพูดด้วยเสียงสั่นเครือ “ป้าไม่เอยากคิดเลย ในวันที่ไม่มีลุงอยู่ ป้าจะอยู่ยงัไง”

“ถ้าให้คูนป้าบอกความรู้สึกผ่านบทเพลง เอยากเลือกเพลงอะไรให้คูนลุงคะ” สายตาของคุณป้ามองไปที่คูนลุง และพูดด้วยน้ำเสียงที่เข้มแข็ง “จงรัก” นักดนตรีบ้ำบัตทำหน้าที่อีกครั้ง เสียงเพลงดังขึ้นอีกครั้ง “โปรดอย่าถาม ว่าฉันทันเป็นใครเมื่อในอดีต และโปรดอย่าถามว่าในอดีตฉันทันเคยรักใคร่รู้ไว้เอยางเดียว เตี๋ยวนีรักเธอและรักตลอดไป” ครั่งนี้ก็เล่นเพลงไม่จบเหมือนเดิม แต่ฉันทันไม่บอกให้นักดนตรีบ้ำบัตเล่นต่อ เพราะภาพที่เห็นอยู่ตรงหน้าบอกถึงความรู้สึกที่ทั้งคู่มีให้กันโดยไม่ต้องผ่านบทเพลงแล้ว คูนลุงคูนป้าโผเ้าสวมกอดกัน

“เอาละ ถึงตอนนี้แล้วหนูขอให้คุณลุงคุณป้าช่วยบอกถึงความรู้สึก ในตอนนี้หน่อยค่ะ” คุณลุงเป็นคนเริ่มพูดก่อน “แม่ไม่เคยพูดหวานกับพ่อเลย พูดหัวงๆตลอดเวลา พ่อคงเป็นภาระให้แม่ใช่ไหม แม่ดูแลเพราะหน้าที่ แต่ไม่เคยรักพ่อเลยใช่ไหม” น้ำเสียงบ่งบอกถึงความน้อยเนื้อต่ำใจ “ไม่เลย” เสียงตอบกลับอย่างหนักแน่นของคุณป้า “แม่เป็นคนแข็งแรง พูดหวานไม่เป็น ปฏิบัติดูแลอย่างเดียว คิดว่าพ่อน่าจะเข้าใจ” เสียงเงียบไปสักพัก เสียงสั้นเครือ ก็เริ่มขึ้นอีกครั้ง “แม่รักพ่อนะ” น้ำเสียงที่หนักแน่นของคุณป้า แต่มั่นอบอุ่น ในหัวใจของคนทีรอฟังคำนั้นมาโดยตลอด ถือว่าเป็นประโยคเด็ดที่ทำให้ คุณลุงร้องไห้โฮออกมา และทำให้คนในห้องน้ำตาคลอไปตามๆ กัน รวมถึง ตัวฉันเองด้วย

คุณเชื่อไหมหลังจากกิจกรรมทุกอย่างจบลง ผู้ป่วยไม่เคยร้องขอให้หมอ เอายามาฉีดให้ตายอีกเลย แต่สิ่งที่ผู้ป่วยร้องเรียกหาคือ “อ้อย อ้อย” ซึ่ง อ้อยเป็นชื่อของภรรยาเขานั่นเอง หลังจากวันนั้นอีกสองสัปดาห์ ผู้ป่วยก็จาก ไปอย่างสงบ

คำว่า “รัก” เป็นคำสั้นๆ อาจดูเป็นคำที่ธรรมดาสำหรับใครบางคน แต่สำหรับบางคนมันเป็นคำที่ทรงพลังและมีคุณค่าต่อจิตใจ เป็นเหมือนน้ำหล่อเลี้ยงจิตใจให้มีชีวิตอยู่บนโลกใบนี้ “แล้ววันนี้ คุณบอกรักคนข้างๆ หรือ ยังคะ”





รางวัลที่ 2  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



# ภาพในใจ

นาวาอากาศโทหญิงสุพัตรา กิจวิสาสะ  
ศูนย์มะเร็ง โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช  
กรมแพทย์ทหารอากาศ

“

“ฉันทเกลียดวันแม่!” เสียงเน้นสูงปรี๊ดกรีดสวนผ่านลำโพงโทรศัพท์ มาฉับพลันเกินกว่าจะตั้งรับทัน “ถึงวันแม่ที่ไร หนูต้องเจ็บปวดที่สุดทุกปี ไม่เคยเหมือนคนอื่นเค้าเลย” อีกสองวันข้างหน้าจะถึงวันแม่แห่งชาติ รอบตัวยามนี้ซบักล่อมด้วยเสียงเพลงชวนให้นึกถึงไออุ่นจากอ้อมอกของแม่ เมื่อวัยเยาว์ แต่สำหรับหญิงสาวคนนี่คงเป็นอีกครั้งที่บาดแผลในใจถูกขยี้ ขยายรอยให้หนองปะทุ

เช่นทุกเย็นเมื่อหมดชั่วโมงทำงาน ผู้คนต่างพากันกรูออกจากตึกใหญ่ เหมือนฝูงนกบินออกจากกรง เย็นนี้ฉันทหยุดเดินและทิ้งตัวลงที่ม้ายาวริมทาง นั้นเอง โทรศัพท์ยังแนบหู อีกฝั่งยังพรังพรูเรื่องหนหลังนับแต่จำความได้ จนเติบโตใหญ่ สลับย้อนไปมาวกวนด้วยน้ำเสียงเจ็บซ้ำ

“ทุกวันนี้ชีวิตหนูดีพอแล้ว เลิกคิดว่าผู้หญิงคนนั้นเป็นแม่ และไม่ต้องการเค้าอีกแล้ว พื่ออย่าโทรมาอีกเลย” ฉันทจะงักอีกครั้ง โทรศัพท์ยังถือค้าง ภาพหญิงวัยกลางคนร่างอวบย้วยผมยุงเหยิง หน้าตาระโหยในชุดผู้ป่วยย้วยย่น ขึ้นเหนือ นอนอยู่บนเปลเข็นแทรกปะปนกับผู้ป่วยอื่นๆ ในโถงขนาดใหญ่ ของห้องฉุกเฉินลอยขึ้นมาในสำนึก

“ฉันทพอแล้ว” ปลายสายออกซิเจนปล่อยควันอ่อนๆ ผ่านช่องจุก สัมผัสสัญญาณสมบูรณ์ ไม่มีท่าทีลังเล ตัดสินใจเลือกเองในทันทีเมื่อได้รับรู้ว่า เจ็บไข้คราวนี้ขึ้นหนักหนาเกินกว่าจะกลับมีชีวิตเหมือนเดิมได้อีกต่อไป หน้าซ้ายกำลังพาชีวิตของเธอไปสู่ปลายทางในเวลาอันใกล้ ฉันทไม่เห็น ความตระหนกตกใจ หรือการปฏิเสธสิ่งที่ได้ยิน หรือโกรธแค้นก่นด่าโชคชะตา ไม่มีแม้คำต่อรองหรือร้องขอใดๆ หลุดจากปาก ทั้งยังไม่เห็นมีใครมาโศกเศร้า ร้องไห้หรือยื่นเกาะเตียงนำตาคลอเหมือนผู้ป่วยอื่นๆที่ฉันทเคยพบเจอ นอกจาก เจ้าของบ้านที่เธอปากหน้าไปขออาศัยในวันที่อับจนทุกหนทาง และเขาก็ส่ง ต่อเธอมาให้โรงพยาบาลแล้ว ไม่มีใครอื่นโผล่หน้ามาเยี่ยมหาเธอแม้แต่คนเดียว ในเวลาอันเป็นขณะสุดท้ายของชีวิต

ใครสองคนตามหมายเลขโทรศัพท์ในแฟ้มประวัติปฏิเสธการรับโทรศัพท์ นับแต่ฉันทแจ้งชื่อผู้ป่วยของฉันทไปคราวนั้น เมื่อถามหาใครอื่นอีกสักคนที่เธอ คนนี้อาจยังมีหลงเหลืออยู่ในวันท้ายๆของชีวิต แม้จะตัดพ้อเจ็บช้ำแต่หมายเลข โทรศัพท์นี้ออกจากปากเธอคล่องชัด และเริ่มมีแววตื่นเต้นวิบๆ ในตากุณันขึ้นมา ฉันทจึงได้เพียรกดโทรศัพท์ซ้ำๆ ตั้งแต่เช้า สาย บ่าย และเย็นนี้หลังเลิกงาน เพื่อในที่สุดจะได้รับรู้ถึงความเจ็บช้ำที่ไม่ต่างกัน ในการตัดสินใจของหญิงสาว ผู้ร้าวรานเหล่านี้อาจสาสมแล้ว เมื่อครั้งยังสาวเธอเคยปฏิเสธคู่ครองที่แสนรักเธอ คนแล้วคนเล่า วันนี้เธอจึงไม่สมควรเป็นที่รักของใครแม้สักคน เมื่อเธอเคย ทอดทิ้งลูกน้อยแบเบาะในวันที่พวกเขาร้องหา วันนี้เธอย่อมถูกเขาเหล่านั้น ทอดทิ้งบ้าง เมื่อเธอเคยเดินผ่านใครๆ ในเส้นทางชีวิตโดยไม่ปรารถนาความผูกพัน วันนี้ย่อมไม่มีใครพันผูกชิดใกล้ เมื่อเธอไม่เคยเป็นผู้ให้มาก่อน แล้วเธอจะมีสิทธิ์ เรียกร้องจากพวกเขาได้อย่างไรในวันนี้

ฉันทยึดหลังตรงพร้อมสุดลมหายใจยาวลึก ผ่อนออกช้าๆ ส่งคำจากใจถึงคนปลายสาย ก่อนจะพักวางเรื่องราวไว้กับดวงตะวันที่กำลังตกดิน

“พีคะ พีคะ นี่หนูเอง ที่พี่โทรมาเมื่อเย็น โรงพยาบาลหมดเวลาเยี่ยมก็โหมงคะ หนูกำลังขับรถไป ถึงนั่นคงดี” เสียงจากโทรศัพท์ดังขึ้น เพื่อให้คำเจี๊ยบๆ ของฉันทเกิดปิติเบิกบาน มหัทศจรรย์เป็นเช่นนี้เอง

จากบนเปลเซ็นแคบๆ ที่แผนกฉุกเฉินพลุกพล่าน ไปสู่เตียงนอนในห้องสงบเงียบ ที่จัดไว้เพื่อช่วงเวลาแห่งการร่ำลา เสียงกรีดร้องปฏิเสธของหญิงสาวเปลี่ยนเป็นแนบแก้มพรั่ากระซิบ เวียนโอบกอดเข้าย่นคำ “วันแม่ปีนี้หนูมีแม่แล้ว” แผ่วเบาข้างหูและแขนโอบคนบนเตียงอีกครั้ง กอดกระชับแน่นิ่งและนาน

ชุดโรงพยาบาลสีฟ้าซีดถูกเปลี่ยนเป็นเสื้อกระโปรงลายดอกสดใส ผสมสะอาดหิวเรียบ หน้ามีสีสันแถม หลับพริ้มราวอยู่ในห้วงฝัน มาลัยดอกมะลิสีขาวบริสุทธิ์ที่วางข้างหมอนตั้งแต่วันแรกเจอ เปลี่ยนเป็นสีเข้มขึ้นและเป็นสีน้ำตาลแห่งกรอบในที่สุด วันนี้เก็บใส่กล่องใส “แม่ดูมีความสุขแล้วนะคะ พี่แม่หน้ายิ้มกว่าวันอื่น แม่ต้องดีใจที่มีหนูมาอยู่ตรงนี้ด้วยแล้ว” แม้ช่วงเวลาแสนสั้นนัก แต่เราก็จับจูงประคองพาเดินทางไปด้วยกันจนถึงสุดปลายถนนชีวิตได้ “แม่อาจไม่ได้ทำอะไรหนูสักอย่างเลยในชีวิตนี้ แต่สิ่งเดียวที่แม่ให้ คือชีวิต นั้นยิ่งใหญ่เหนือสิ่งอื่นใดแล้ว”

ภาพใครคนหนึ่งหลุดพ้นจากการตื่นนอนไขว่คว้า ดวงตาที่เคยลอยคว้าง เปลี่ยนเป็นกระพริบรับรู้ถึงอ้อมกอดของคนทีรอคอย ก่อนจะหลับนิ่งนานนิรันดร์ และใครอีกคนหนึ่งซึ่งรวดเร็วฝงลึกนานเนิ่นชั่วชีวิต ได้รื้อคลายปมปมค้างคาสมานแผลในใจ และก้าวเดินต่อไปอย่างมั่นคง เหล่านี้คือภาพที่ฉันทจดจำ

รางวัลที่ 3  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



ยังรู้จัก.....  
ยังรักเธอ

อุรวรา บุญเจือ

ศูนย์บริการฯ ศิริราช โรงพยาบาลศิริราช

“

วันนี้ เดือนนี้ ปีนี้ ถ้าพ่อยังอยู่ ครอบครัวของเราคงกำลังฉลองวันครบรอบ 74 ปีของพ่อ แต่ วันนี้ เดือนนี้ ในปีที่ผ่านมาๆ มา ที่บ้านไม่มีงานเลี้ยง ถ้าไม่ใช่บาตรตอนเช้า พวกเราก็ไปถวายสังฆทานที่วัด

22 ปีที่เหมือนจะผ่านมาเนิ่นนาน แต่ทุกอย่างยังชัดเจนในความทรงจำ ทั้งที่ช่วงสำคัญนั้น ฉันใช้เวลาอยู่กับครอบครัวน้อยมาก เพราะได้ทำงานทันทีหลังเรียนจบ และในยุคที่การสื่อสารไม่ได้ทันสมัยเหมือนปัจจุบัน คุณกันผ่านตู้โทรศัพท์สาธารณะ ส่งข้อความกันทางเพจเจอร์ กว่าจะติดต่อกลับบ้านได้ ต้องเป็นช่วงพักกลางวันหรือหลังเลิกงาน

ชีวิตการทำงานที่เพิ่งเริ่มต้นได้เดือนเศษ มีเรื่องมากมายที่ต้องทำ ต้องเรียนรู้ และปรับตัว วันหนึ่งได้รับข้อความจากพี่ชายว่าพ่อเข้าพักรักษาที่โรงพยาบาลด้วยอาการปวดท้อง มีไข้ หลังจากคุยกันก็ได้ข้อมูลว่าผลเอกซเรย์คอมพิวเตอร์เห็นจุดกระจายทั่วตับ พี่ชายไม่ได้บอกว่าหมอวินิจฉัยว่าอย่างไร แต่น้ำตาฉันไหลแบบไม่สามารถหยุดมันได้

วันที่ไปเยี่ยมพ่อที่โรงพยาบาล พ่อแลดูผอมลง อ่อนเพลีย ตาตัวเหลือง

ห้องโถงและบ่นแน่นอึดอัดท้องตลอดเวลา แม่เล่าให้ฟังว่า วันที่หมอเรียก พ่อกับแม่ ไปดูผลเอกซเรย์ แล้วบอกว่า ภาพตาข่ายคล้ายร่างแหที่เห็นในแผ่นฟิล์มนั้น คือ มะเร็งตับระยะสุดท้าย พ่อไม่พูดอะไรสักคำ ส่วนแม่ก็นั่งรู้สึกเหมือนถูกค้อนทุบที่หัว ไม่กล้าหันหน้าไปมองพ่อ เพราะน้ำตาไหลตลอดเวลา และไม่รู้ว่าจะควรจะทำอะไรออกไป

สิ่งที่ครอบครัวเราทำแทนการนั่งปรึกษาหารือ เพื่อวางแผนการดูแลรักษาพ่อ หรือวางแผนอนาคตของพวกเราเอง คือ การไปหาหมอดูให้ทำนายชะตาชีวิตของพ่อ ต้องทำอย่างไรเพื่อให้พ่อมีชีวิตอยู่ได้อีกยาวนาน และการบนบานศาลกล่าวกับทุกสิ่งที่ใครต่อใครรำลือว่าศักดิ์สิทธิ์

ถึงพวกเราจะรู้ว่าพ่อเป็นโรคที่รักษาไม่หาย แต่ก็คิดว่า พ่อคงจะอยู่กับพวกเราได้อีกหลายเดือน หรือเป็นปี อย่างน้อยน่าจะทันงานรับพระราชทานปริญญาบัตรของฉันทันในอีก 2 เดือนข้างหน้าแน่นอน และตัวพ่อเองก็หวังเช่นนั้นเหมือนกัน

หลังจากฉันทกลับมาทำงานได้เพียง 2 วัน ก็ได้รับข้อความจากแม่ให้โทรศัพท์กลับโรงพยาบาลด่วน ปลายสายแม่บอกว่า “พ่อคงจะไม่ไหวแล้วคุยกับพ่อหน่อยนะ” ฉันทพยายามบอกตัวเองว่าอย่าเพิ่งร้องไห้ สุดลมหายใจให้ลึกที่สุด แล้วรวบรวมพลังกาย พลังใจเปล่งคำพูดที่อยากจะบอกทั้งหมดให้กับพ่อได้ฟัง หลังวางสายไม่ถึง 15 นาที ก็ได้รับข้อความว่า “พ่อเสียแล้ว”

หลังการสูญเสีย ครอบครัวเราดูเสียศูนย์อยู่ไม่น้อย ไม่รู้ด้วยซ้ำว่าพรุ่งนี้ต้องทำอะไรต่อ แคนคืนวันแรก ยังรู้สึกวุ่นวายทำอะไรไม่ช่างยาวนานเหลือเกิน ขณะขับรถกลับบ้าน พี่ชายคนหนึ่งถามขึ้นมาว่า “พวกเราขับรถลงคลอง

ตามพ่อไปตีใหม่”

การที่ญาติ พี่น้องมารวมตัวกันที่บ้าน และการเตรียมงานเพื่อส่งพ่อ ทำให้พวกเราล้มความเศร้า เสียใจ ไปหลายชั่วขณะ และสามารถหลับได้ในทุกคืน จากความเหนื่อยล้า แต่มั่นกลับมาอีกครั้งเมื่อคนอื่นๆ เริ่มทยอยกลับ จนเหลือเฉพาะครอบครัวเรา ในบ้านเงียบและมีตมมากกว่าที่เคยเป็น

การปรับตัวของแม่ดูเหมือนจะยากกว่าของลูกๆ การใช้ชีวิตคู่ร่วมกับพ่อ มาเกือบ 30 ปี ทุกตารางเมตรของบ้าน ที่แม่บอกว่า มองไปตรงไหนก็คิดถึงพ่อ แม่ปล่อยนกทุกตัวที่พ่อเคยเลี้ยง รื้อกรงทิ้งทั้งหมด แม่ขอย้ายบ้าน และทำเรื่องขอย้ายไปรับราชการที่ต่างจังหวัด รวม 3 แห่งภายในเวลา 2 ปี ตลอด 5 ปีแรก แม่บอกคนรอบข้างเสมอว่า พ่อยังอยู่ใกล้ๆ คอยคุ้มครองและติดตามไปไหนมาไหนด้วยตลอด หรือ เวลาไม่สบายใจ แม่จะคุยหรือกอดรูปของพ่อ ซึ่งทำแบบนี้เป็นประจำอยู่ถึง 8 ปี แม่พยายามใช้ศาสนาเป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจ แรกๆ แม่ชอบไปทำบุญที่วัด สนทนารธรรมกับพระ โดยเฉพาะพระที่มีคนบอกว่าสามารถทำนายทายทักดวงชะตาได้ ช่วงหลังๆ แม่ทุ่มเทกับการทำงาน อยู่สำนักงานจนค่ำ และชอบหิวเองงานกลับมาทำต่อที่บ้านเป็นประจำ หลังเกษียณแม่ยังคงอาสาทำงานเพื่อชุมชน ดูเหมือนการได้ทำงานจะกลายเป็นความสุขของแม่ไปแล้ว ถ้าวันนี้มีใครถามถึงพ่อ แม่จะตอบว่าพ่อไปสบายแล้ว ไม่มีอะไรที่พ่อต้องห่วงอีกต่อไป

ในวันนี้ วันที่ฉันได้รู้จักการดูแลรักษาแบบ Palliative Care ฉันรู้สึกขอบคุณทีมสหสาขาวิชาชีพ ที่ทำให้ฉันมองเห็นอีกศาสตร์ที่ช่วยเหลือผู้ป่วยระยะสุดท้าย ได้ใช้ชีวิตที่เหลืออยู่อย่างจำกัด ให้มีความหมายยิ่งขึ้น ไม่ได้รอ



คอยความตายอย่างโดดเดี่ยวหรือทุกข์ทรมานอีกต่อไป การกระตุกความคิด ผู้ป่วยและญาติ ให้กล้าเผชิญกับความจริง แล้ววางแผน เตรียมตัว เตรียมใจ รับมือกับวันสุดท้ายและการจากลาที่กำลังใกล้เข้ามาในแบบที่เหมาะสมกับ แต่ละครอบครัว เพราะประสบการณ์ที่ผ่านมา ทำให้ฉันตระหนักว่า ทุกนาที ที่เหลืออยู่ล้วนมีค่า และมีความหมายมากมายเหลือเกิน

ยิ่งฉันได้รู้จักกับ Palliative Care ฉันยิ่งรู้สึกขอบคุณแม่อย่างสุดหัวใจ ที่สามารถผ่านช่วงเวลาที่พักพิงรักษาตัวในโรงพยาบาล จวบจนวินาทีสุดท้าย และภายหลังการสูญเสีย โดยสามารถปรับตัวให้อยู่อย่างมีความสุขได้แบบ ทุกวันนี้ แม้จะใช้เวลานานมากก็ตาม วันนี้ ฉันพูดได้เต็มปากว่า “ยิ่งรู้จัก ..... ยิ่งรักเธอ”



รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561

# สิ่งที่พอรอคอย

พลอย ภาสณีภูรี

โรงพยาบาลสิรินธร สำนักการแพทย์ กรุงเทพมหานคร

“

บางครั้งก็รู้สึกว่าคุณป่วยระยะสุดท้ายมักจะรู้ในโชคชะตาและสามารถกำหนดชีวิตของตัวเองได้ พวกเขาแค่กำลังรออะไรบางอย่าง การปลดปล่อยสิ่งที่ค้างคาใจสามารถทำให้ผู้ป่วยเหล่านั้นจากไปอย่างสงบ เหตุการณ์ครั้งนี้ก็เช่นกัน

“พี่พลอยไปคุยกับเคสนี้ให้หน่อยสิ” เสียงนอ้่งเพียงผู้ช่วยเหลือคนไข้ที่น่ารักของเราดังมาแต่ไกล

“ห้องไหนคะ คนไข้เป็นอะไรมา” ดิฉันถามกลับไปโดยไว

บทสนทนานั้นทำให้ดิฉันได้เข้าไปรู้จักกับผู้ป่วยคนหนึ่ง ผู้ป่วยชายวัยกลางคนที่คอยแต่จะหลับตาทุกครั้งที่ยาบาลเข้าไป ปิดไฟ ปิดม่าน ไม่ค่อยพูดหรือตอบคำถามใคร มีผู้ดูแลเป็นชาวพม่าที่สื่อสารภาษาไทยไม่ได้ แต่สิ่งที่สังเกตได้คือวันไหนที่ลูกชายมานอนเฝ้า คุณลุงจะพูดคุยและอารมณ์ดีเป็นพิเศษ ทว่าก็นานๆ ครั้ง

คุณลุงเป็นผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย เริ่มจากที่ปอดและตอนนี้ลุกลามไปที่ลำไส้ เคยได้รับการรักษาทั้งการผ่าตัด การให้เคมีบำบัด และการฉายแสง

แล้ว แต่ร่างกายไม่ตอบสนอง อาการทรุดหนักลงทุกวัน คุณลุงมักจะพูดว่า “หมอบอกว่าทำอะไรไม่ได้แล้ว”

การเข้าไปพูดคุยกับคุณลุงครั้งแรกไม่เป็นผล “คุณลุงคะ คุณลุง...”

คุณลุงหลับตาใส่ ดิฉันใช้ความพยายามเข้าไปอีกหลายครั้งเพื่อสร้างสัมพันธภาพ ให้การพยาบาลด้วยความนุ่มนวล ดูแลความสบาย บรรเทาอาการปวดและจัดการอาการรบกวนที่เกิดขึ้นกับคุณลุง ทำให้คุณลุงเริ่มเกิดความไว้วางใจ และพูดคุยด้วยอย่างเป็นมิตร

คุณลุงเล่าให้ฟังว่า คุณลุงมีลูกสองคน ภรรยาเสียชีวิตไปแล้วเมื่อสามเดือนก่อนจากโรคมะเร็งปอด ก่อนหน้านั้นคุณลุงมีฐานะยากจน ภรรยาต้องทำงานหนัก ขายเป็นตั้งแต่เช้าจนค่ำ ภายหลังจึงเริ่มมีกินมีใช้อย่างสบาย มีรถรับส่งของสามคัน ทุกอย่างกำลังไปได้ดี แต่ภรรยาก็ล้มป่วยและจากไปก่อน ทั้งที่คุณลุงยังไม่เคยได้ทำสิ่งดีๆ ให้ภรรยาเลย คุณลุงบอกว่ารู้สึกเสียใจที่ไม่มีโอกาสได้อยู่กับภรรยาในวันที่เธอจากไป เพราะคุณลุงต้องเข้ารับการผ่าตัดปอด งานศพบรรยากาศคุณลุงก็ไม่ได้ไป ตอนนี้รู้สึกไม่ยอมมีชีวิตอยู่แล้ว อยากไปอยู่กับภรรยา คุณลุงเล่าด้วยสีหน้าเศร้าซึม ใบหน้าเต็มไปด้วยน้ำตา ดิฉันฟังแล้วอดเศร้าตามคุณลุงไม่ได้จริงๆ

คุณลุงเล่าต่อว่า “ลูกสองคนก็ไม่สนใจลุง ยังโกรธที่ลุงเคยทำไม่ดีไว้สมัยก่อนลุงชอบกินเหล้าและไม่สนใจดูแลลูกเมีย ตอนนั้นลุงปวดท้องทรมานเหลือเกิน แน่นท้องมาก คูสิท้องลุงใหญ่มากเลย” พูดพร้อมชี้มือให้ดู “ลุงไม่ได้กินอะไรมาหลายวันแล้ว กินอะไรไปก็อ้วกออกมาหมด ลุงไม่รู้ว่าจะมีชีวิตอยู่ต่อไปทำไม เมื่อไหร่ลุงจะตาย ถึงยังไงก็ต้องตายอยู่ดี” คำพูดนั้นทำให้ดิฉันจุกและยืนนิ่งอยู่พักใหญ่ บางครั้งคนเราก็ไม่ได้กลัวความตาย

แต่กลัวความทรามานและความเจ็บปวดมากกว่า

หลังจากนั้นดิฉันได้รายงานแพทย์เจ้าของไข้และปรึกษาคุณหมอจิตเวชตามขั้นตอนเพื่อประเมินอาการ ดูแลจัดการอาการปวด ให้นยาตรงเวลาตามแผนการรักษา จัดการอาการรบกวนและอาการแน่นท้องให้ผู้ป่วยสุขสบายแต่นั้นคงยังไม่ดีที่สุดที่จะทำให้คุณลุงได้ คิดอยู่ในใจว่าต้องทำอะไรให้คุณลุงได้มากกว่านี้ อะไรที่จะทำให้คุณลุงมีกำลังใจ มีคุณภาพชีวิตที่ดีกว่านี้ และดิฉันก็มีโอกาสได้เจอกับลูกชายและลูกสาวของคุณลุง ได้พูดคุยถึงอาการและความรู้สึกของคุณลุง

ลูกสาวบอกว่า “พ่อพูดแบบนี้มาตั้งแต่แม่ตาย เมื่อก่อนตอนแม่อยู่ พ่อไม่เคยทำดีกับแม่เลย แม่ทำงานหนัก แต่พ่อกลับเอาแต่กินเหล้า พ่อไม่เคยเลี้ยงลูก ไม่เคยจ่ายค่าเรียนให้ลูกด้วยซ้ำ แล้วจะมาต้องการอะไรตอนนี้” ลูกสาวพูดด้วยน้ำเสียงสั่นเครือ

“พี่ยังโกรธพ่อที่ในอดีตไม่ดูแลครอบครัวหรือคะ”

“ตอนนี้พี่รู้สึกยังไงกับพ่อคะ”

“ก็อยากให้พ่อรู้ว่าการถูกทอดทิ้งเป็นยังไง การต้องลำบากต้องสู้ตามลำพังเป็นยังไง”

“จากอาการของคุณลุง น่าจะมีโอกาสอยู่กับเราได้อีกไม่นาน พี่จะไม่เสียใจจริงๆ ไข้ไหม ถ้าปล่อยให้ทุกอย่างจบลงแบบนี้” ลูกสาวนิ่งเงียบไม่ตอบอะไร

“ทุกวันนี้ด้วยอาการของโรค คุณลุงก็ต้องทรามมากอยู่แล้ว หลายครั้งที่อาเจียนเป็นเลือดและปวดท้องจนนอนบิตอยู่บนเตียง ตอนนี้คุณลุงต้องต่อสู้

กับความเจ็บปวดเหล่านั้นตามลำพัง ต่อสู้ทั้งที่ไม่มีหวังว่าจะหาย ได้แต่รอวันที่จะจากไป ความเจ็บปวดทางร่างกายของคุณลุงไม่มีใครช่วยบรรเทาได้ แต่ครอบครัวสามารถเป็นกำลังใจที่ดีที่สุดได้้นะคะ” ลูกสาวก้มหน้าน้ำตาคลอ

“พี่คงรู้อยู่แล้วว่าตอนนี้คุณลุงต้องการอะไรมากที่สุด”

หลังเหตุการณ์วันนั้น ดิฉันเห็นลูกๆ มาอยู่กับคุณลุงบ่อยขึ้น จากที่ไม่เคยทำอะไรให้เลยก็เริ่มมาเรียนรู้การดูแลผู้ป่วยกับพยาบาล เรียนรู้การเช็ดตัว การให้อาหารทางสายยาง

โรคของคุณลุงทวีความรุนแรงมากขึ้นเรื่อยๆ แต่น่าแปลกที่คุณลุงกลับดูแจ่มใสกว่าเดิม ความรักจากคนในครอบครัวเติมพลังให้คนป่วยได้อย่างน่าอัศจรรย์จริงๆ ดิฉันคิดว่านี่คงเป็นช่วงเวลาแห่งความสุข ความปิติยินดี ความอึดอ้อมใจที่สุดของคุณลุงแล้ว คุณลุงชอบคุณที่ทำให้ได้ปรับความเข้าใจกับลูกและได้รับการให้อภัย

วันนี้ลูกชายของคุณลุงมาแต่เช้า เพราะเรามีนัดจะฝึกให้ญาติผู้ป่วยให้อาหารทางสายยางกับผู้ป่วยเป็นครั้งแรก ลูกชายคุณลุงเป็นคนให้อาหารพอนในมือเที่ยง แวดตาคุณลุงดูมีความสุข อาหารมือนี่คงเป็นมือที่อร่อยที่สุดของคุณลุง

คุณลุงบอกว่าอยากสรรษะผม คงจะทำให้หลับได้อย่างสบาย น้องเพียงผู้ช่วยเหลือคนไข้ของเราที่เปิดตัวในฉากแรกและในฉากสุดท้ายนี้ก็เช่นกัน เธอสรรษะผมให้คุณลุงในช่วงป่วยแก่ๆ หลังสรรษะผมเสร็จ คุณลุงชอบคุณและบอกน้องเพียงว่า รู้สึกสบายและมีความสุขมาก จากนี้ไปน่าจะหลับได้อย่างสบายเสียที

จากนั้นไม่นาน เหตุการณ์ที่ทุกคนไม่อยากจะให้เกิดก็เกิดขึ้น ลูกชายของคุณลุงเดินเข้ามาหาพวกเราด้วยน้ำตานองหน้า “พ่อไม่หายใจแล้วครับ” “เสียใจด้วยนะคะ คุณลุงไปสบายแล้วค่ะ” ดิฉันปลอบญาติ ทั้งที่ตัวเองก็เศร้าไม่แพ้กัน

“ขอบคุณมากนะครับ ถ้าไม่ได้พี่เตือนสติพวกเราวันนั้น พวกเราก็คงยังไม่ให้อภัยพ่อ และวันนี้ก็คงต้องเสียใจไม่ได้ทำอะไรให้พ่อเลย”

คำพูดนี้ทำให้หัวใจของคนเป็นพยาบาลกลับมาพองโตอีกครั้ง เพราะครั้งนี้ นอกจากจะดูแลผู้ป่วยจนผู้ป่วยเสียชีวิตอย่างสงบ สมศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ ได้ปลดเปลื้องสิ่งที่ค้างคาใจแล้ว ยังได้ดูแลเตรียมจิตใจของญาติที่จะต้องพบกับความสูญเสียในคราเดียวกัน



รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561

# อโหสิกรรม นำปญฺหิหารีย์ ก่อนจากไป

จินตหรา บุญเชื่อม

ทอผู้ป่วยหนัก โรงพยาบาลมะเร็งลพบุรี

“

จากประสบการณ์การเป็น Palliative Care Ward Nurse ฉันเรียนรู้ว่าหัวใจสำคัญของการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายและครอบครัวนั้น ปัจจัยแห่งความสำเร็จอย่างหนึ่งที่ขาดไม่ได้ นั่นคือ “ใจ” ใจที่ต้องการดูแลผู้อื่นด้วยความเป็นมนุษย์ และฉันมีความสุขทุกครั้งที่ได้ช่วยเหลือผู้ป่วยให้จากไปอย่างสงบโดยไม่มีสิ่งใดติดค้างในโลกนี้

เรื่องราวของผู้ป่วยที่ฉันประทับใจที่จะเล่า เป็นเรื่องราวของคุณลุงวัย 56 ปี นามว่า “ลุงดอน” ลุงดอนป่วยเป็นมะเร็งลำไส้ใหญ่ระยะสุดท้าย ปีนี้เป็นปีที่ 3 หลังจากเริ่มการรักษาครั้งแรก ลุงดอนไม่สามารถถ่ายอุจจาระทางทวารหนักได้ ต้องได้รับการรักษาด้วยการผ่าตัดเปิดทวารเทียม การฉายรังสีรักษา การให้ยาเคมีบำบัด และการผ่าตัดเอาลำไส้ส่วนเสียออกตามลำดับ

ภายหลังผ่าตัดแผลผ่าตัดไม่ค่อยจะสู้ดีนัก มีการบวม แยก และรั่วซึมของลำไส้ ทำให้ต้องมีการผ่าตัดซ่อมแซมหลายรอบ รวมการผ่าตัดของลุงดอนทั้งสิ้น 6 ครั้ง หลังผ่าตัดคุณหมอได้ย้ายลุงดอนเข้าสังเกตอาการที่ไอซียู

เนื่องจากผลการผ่าตัดครั้งนี้ไม่ค่อยดี คุณหมอเสาวลักษณ์หมอเจ้าของไข้ ได้คุยอาการกับ “ป้าทิ่ง” ซึ่งเป็นภรรยาของลุงดอน พอจะสรุปความได้ว่า ลุงดอนอาการหนักมากแล้ว ไม่สามารถให้การรักษาใดๆ ได้อีก มีอยู่ทางเดียวคือรักษาตามอาการ และให้การรักษาแบบประคับประคองเพื่อช่วยให้คุณลุงได้จากโลกนี้อย่างสงบ ไม่ทุกข์ทรมาน ป้าทิ่งรับรู้ว่าการตี แต่ก็ไม่รู้จะทำอย่างไร ได้แต่นั่งร้องไห้หน้าตึก

หลังจากฉันได้ฟังประวัติของลุงดอน ก็เกิดความประหลาดใจไม่น้อย คนที่ตัดสินใจผ่าตัดถึง 6 ครั้ง ทั้งๆ ที่ทราบดีว่าโอกาสหายแทบจะไม่มีเลย เขาต้องมีเรื่องที่ห่วงและกังวลขนาดไหนที่ยอมทำทุกอย่างเพื่อให้ตัวเองมีชีวิตอยู่ ฉันในฐานะเป็นพยาบาลเจ้าของไข้และเป็นพยาบาลผู้ดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองจึงเข้าไปพูดคุยกับลุงดอนและป้าทิ่งหลายครั้ง เพื่อสร้างความคุ้นเคยและความไว้วางใจให้กับทั้งคู่

ในที่สุดความสม่ำเสมอและความพยายามของฉันก็ประสบความสำเร็จ ในที่สุดป้าทิ่งก็กล้าที่จะพูดคุยเปิดใจกับฉัน ป้าทิ่งเล่าพร้อมทั้งน้ำตาว่า ลุงดอนเป็นรองนายก อบต. เป็นที่รักใคร่ของชาวบ้าน และแน่นอนเป็นที่หมายปองของบรรดาสาวแก่แม่หม้าย และตามที่ดินคาคดการณ์ไว้ ลุงดอนมีภรรยาอีกคน ความสัมพันธ์ของลุงกับภรณยาน้อยต่อเนื่องยาวนานมาจนถึงทุกวันนี้ ทั้งคู่อยู่กันแบบลับๆ ไม่เปิดเผย แต่ป้าก็รู้เรื่องทุกอย่าง ป้าเคยขอหย่าแต่ลุงไม่ยอม เพราะป้าเป็นภรรยาที่ดี ดูแลเรื่องทุกอย่างเป็นอย่างดีไม่มีขาดตกบกพร่อง ป้าทิ่งไม่รู้จะทำอย่างไรได้แต่ปล่อยเลยตามเลย แต่ตั้งแต่ลุงเริ่มป่วย ลุงดอนต้องนอนโรงพยาบาลตลอดเป็นเวลาหลายเดือน บ่อยครั้งที่ลุงดอนทำหน้าเศร้า

เหมือนคิดถึงใครบางคนทำให้ปวดคิดไม่ได้ว่าลุงคิดถึงภรรยาอีกคน จากการพูดคุยกันเรื่องนี้เราสองคนจึงตกลงกันว่าจะให้ลุงตอนได้พบกับภรรยาน้อย เพื่อช่วยให้ลุงได้โอโหสิกรรมกับภรรยาน้อย

เย็นวันนั้นป่าทั้งรวบรวมความกล้า และตัดสินใจโทรไปหาภรรยาน้อย ขอให้ภรรยาน้อยมาโอโหสิกรรมกับลุงตอนเป็นครั้งสุดท้ายเพื่อจะได้ไม่มีเวรกรรมต่อกัน เช้าวันต่อมาภรรยาน้อยของลุงตอนก็มาตามที่ได้นัดหมาย ป่าทั้งรู้หน้าที่ดี เปิดโอกาสให้ทั้งสองได้อยู่ด้วยกัน ได้ปรับทุกข์ และขอโอโหสิกรรมให้กัน ณ ตอนนั้นฉันขอยอมรับเลยว่า ป่าทั้งเป็นภรรยาที่เข้มแข็งมาก หลังจากที่ภรรยาน้อยของลุงตอนกลับไป ป่าทั้งแอบมากระซิบทิ้งท้ายไว้ว่า ป่าเพ็งทราบข่าวว่าภรรยาน้อยคนนี้อาจกำลังจะมีความรักครั้งใหม่กับชายอื่น แต่ป่าไม่ได้บอกความจริงข้อนี้กับลุง เพราะไม่มีประโยชน์ที่จะรื้อฟื้นหรือซ้ำเติมกัน

เช้าวันศุกร์ลูกชายป่าทั้ง ชื่อคุณนคร มาเปลี่ยนเฝ้ายุงตอน ในระหว่างที่คุณนครเฝ้าไข้ ฉันสังเกตเห็นความสัมพันธ์ที่ไม่ค่อยราบรื่น เป็นความรู้สึกที่ไม่ปกติเหมือนพ่อลูกทั่วไป ฉันพยายามที่จะเข้าถึงความสัมพันธ์ที่ไม่ปกตินี้ แต่คุณนครเป็นคนที่เข้าถึงค่อนข้างยาก ภายนอกอาจดูเป็นปกติ แต่ภายในใจนั้นซับซ้อนไม่น้อย

เช้าวันเสาร์เราสามคนได้พูดคุยถึงความต้องการสุดท้ายของลุงตอน ยังมีสิ่งหนึ่งที่ลุงอยากทำแล้วไม่ได้ทำคือ การไปไหว้หลวงพ่อโสธรที่ฉะเชิงเทรา จากการสอบถามสาเหตุฉันพบว่าคุณนครเป็นครูสอนอยู่ที่ฉะเชิงเทรา วันที่ลุงตอนพาคุณนครไปรายงานตัว ได้แค่ขับรถผ่านและยกมือไหว้ แต่ไม่ได้เข้าไปสักการะเนื่องจากรีบกลับมาประชุม จึงอยากไปสักการะสักครั้งในชีวิต และ

จะขอพรให้หลวงพ่อกปักษ์คุ้มครองคนในครอบครัวให้แคล้วคลาดปลอดภัย  
หลังจบการสนทนาฉันสัญญากับลุงว่าจะช่วยให้ลุงได้สักการะหลวงพ่อโสธรฯ  
ให้ได้

เช้าวันอาทิตย์ลูกชายกลับไปทำงานตามปกติ ฉันวางแผนว่าจะช่วยให้  
ลุงตอนสมหวัง โดยการให้ลุงตอนได้สักการะหลวงพ่อโสธรฯ ทางวีดีโอคอล  
ฉันได้เพิ่มเพื่อนทางไลน์กับคุณนคร และได้ตกลงกันให้คุณนครวีดีโอคอล  
มาตามที่เราวางแผนไว้ แต่ผ่านไปหลายวันคุณนครก็ไม่วีดีโอคอลมาสักที  
สอบถามไปที่ใครก็บอกว่าไม่ว่าง ในขณะเดียวกันอาการของลุงตอนก็ไม่ได้  
รอกอยลูกชายเช่นกัน ลุงเริ่มมีอาการปวดแผลมากขึ้น จากยาฉีดยาบรรเทาปวด  
ปริมาณเล็กน้อยก็ต้องเพิ่มขนาดเป็นปริมาณสูง และต้องให้ทางกระแสเลือด  
อย่างต่อเนื่อง เพื่อช่วยให้ลุงตอนหลับและบรรเทาอาการปวด ลุงตอนเริ่ม  
เพ้อมาก และหลับมากขึ้น ระดับการรู้สติลดลง ฉันได้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับ  
การเปลี่ยนแปลงในระยะก่อนตายให้ป่าทิ้งฟัง ป่าทิ้งน้ำตาไหล กลัวลูกชาย  
จะมาไม่ทันดูใจพ่อ ป่ารู้ดีว่าสองพ่อลูกมีเรื่องไม่ลงรอยกัน เรื่องภรรยาของ  
ของพ่อ อยากให้ลูกชายมาโหสิกรรมให้กับพ่อเป็นครั้งสุดท้าย

เช้าวันถัดมาในวันที่ฉันเวรเช้า ป่าทิ้งเดินมาหาฉันและบอกว่า  
“คุณพยาบาลลูกชายเขาจะวีดีโอคอลมาตอนนี้” เขามีโอกาสไปรับเสด็จ  
สมเด็จพระเทพฯ ณ วัดโสธรฯ ฉันดีใจมากรีบวิ่งถือโทรศัพท์ไปหาลุงตอน  
เราสองคนเรียกลุงหลายครั้ง แต่ลุงก็ไม่ตื่น ช่วงนั้นลูกชายวีดีโอคอลมาพอดี  
เห็นพ่อนอนหายใจแบบหิวอากาศ ไม่รู้สีกตัวก็ร้องไห้ ปากได้แต่พร่ำบอก  
“พ่อตื่นสิพ่อ ผมรักพ่อนะ ผมไม่โกรธพ่อแล้ว ผมโหสิกรรมให้พ่อแล้ว ตอนนี้  
ผมอยู่ที่วัดหลวงพ่อโสธรฯ พ่ออยากสักการะหลวงพ่อไม่ใช่หรือ พ่อตื่นมาไหว้

หลวงพ่อก่อน” ลูกชายพูดทั้งน้ำตา สถานการณ์นี้แม้แต่ฉันก็น้ำตาร่วง เหมือนกัน แต่เหมือนมีปาฏิหาริย์ ป้าทิ้งเข้าไปกระซิบบอกที่ข้างหูของลุงดอน “พ่อตื่นมาไหว้หลวงพ่อโสธรฯ ก่อน แกอยากจะสักการะหลวงพ่อสักครั้ง ‘ไม่ใช่รี’” ภาพที่ฉันเห็นหลังจากนั้น ลุงดอนสะดุ้งตื่นคล้ายคนนอนผวา ลุงล้มตาขึ้นมองหน้าลูกชาย และหลวงพ่อโสธรฯ ตรงหน้า มือสองข้างที่ ไร้เรียวแรงกลับมีแรงยกขึ้นมาอีกครั้ง แล้วรวบเข้ามาที่หน้าอกแบบสั้นๆ แล้วพูดว่า “สาธุ สาธุ” แล้วพูดต่อว่า “ไหนละนคร นครลูกพ่อ พ่อรักลูกนะ” คุณนครได้บอกให้ลุงดอนรอ “เสริจธุระแล้ว ผมจะรีบไปหาพ่อทันที พ่อรอผม ก่อนนะ ผมรักพ่อ” ลุงดอนพยักหน้าและมีน้ำตาใสๆ ไหลออกมา

หลังจากคุณนครเสริจภารกิจการก็รีบขับรถตรงมาที่โรงพยาบาล และเข้า มากราบเท้าขอโหสิกรรมลุงดอนเป็นครั้งสุดท้ายก่อนที่ลุงจะหมดสติไปอีกรอบ ช่วงสายของวันอาทิตย์ลุงดอนได้จากไปอย่างสงบท่ามกลางครอบครัว และญาติพี่น้อง ที่ลูกรักและคุ้นเคย

ฉันเชื่อว่า การโหสิกรรมเป็นบุญกุศลอันยิ่งใหญ่และได้ผลทันตา สามารถกำจัดความโกรธ ความแค้น ความพยายาบท ให้หลุดพ้นไปได้ เป็นการชนะใจตัวเอง เมื่อได้อโหสิกรรมแล้วไม่มีความโกรธ ไม่มีความแค้น เหลืออยู่อีก ก็เหมือนเป็นการปลดของหนักออกจากบ่า ทำให้ตัวเบาสบาย ทำให้จิตใจแจ่มใส มองเห็นแสงสว่าง ทำให้ได้สติกลับมาเป็นตัวเอง ไม่เป็นทาส ของกิเลส ตัณหา และความพยายาบท กลับให้สบายนะลุงดอน ชาตินี้ลุง ไม่ต้องทุกข์ทรมานอีกแล้ว และหากชาติหน้ามีจริงขอให้ลุงเกิดมาร่างกาย แข็งแรง สมบูรณ์ มีครอบครัวที่รักและเป็นห่วงอย่างนี้ตลอดไป

รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



ความคิด  
ที่เปลี่ยนไป

กัญทิมา กุลสงวนศรี  
การแพทย์แผนไทยประยุกต์  
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

“

ก่อนหน้านี้อีก 2 ปี เวลามีคนมาพูดเรื่องความตายกับฉัน ฉันรู้สึกว่าเป็นเรื่องไกลตัวมาก ด้วยความคิดที่ว่าความตายมักเกิดกับผู้สูงอายุ คนที่เจ็บป่วยมากหรือป่วยเป็นเวลานานๆ ความตายเท่าที่ได้ประสบมากับคนใกล้ชิด มีเพียงแต่การจากไปของอาภรณ์กับอาม่า ตอนท่านในวัย 80-90 ปี ซึ่งสำหรับคนอายุยังไม่ถึง 30 ปีอย่างฉันในตอนนั้น ความตายดูเหมือนเป็นเรื่องที่ไม่น่าจะต้องเป็นห่วงไปอีกนาน แต่หลังจากพบกับผู้ป่วยคนหนึ่ง ความคิดของฉันก็เปลี่ยนไป

ฉันเป็นแพทย์แผนไทยประยุกต์คนหนึ่งที่ได้มีโอกาสไปดูแลผู้ป่วยของศูนย์บริการที่หอผู้ป่วย มว. 2 ในช่วงแรกๆ ฉันได้พบกับผู้ป่วยหญิงอายุ 31 ปีรายหนึ่ง เธอได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นมะเร็งกระเพาะอาหาร มารับการรักษาที่นี่เพื่อดูแลอาการปวดท้อง แน่นท้อง ตอนที่พบผู้ป่วยครั้งแรก ฉันรู้สึกเพียงว่าเธออายุน้อยกว่าผู้ป่วยของศูนย์ฯ คนอื่นๆ แต่ไม่ได้คิดอะไรมากกว่านั้น ฉันได้ทำหัตถการที่แพทย์แผนไทยประยุกต์สามารถบรรเทาดูแลให้กับเธอได้ นั่นคือการนวดไทยและประคบสมุนไพร เพื่อช่วยลดอาการ



ปวดกล้ามเนื้อ เนื่องจากผู้ป่วยต้องนอนอยู่บนเตียงตลอดเวลา

ฉันพบกับผู้ป่วยรายนี้ทุกวันจันทร์ ซึ่งแต่ละครั้งที่เจอเธอ ก็ได้เห็นถึงสภาพร่างกายของเธอที่เปลี่ยนไปเรื่อยๆ จากเดิมที่เป็นผู้หญิงร่างเล็กอยู่แล้ว สัปดาห์หลังๆ เธอยิ่งตัวเล็กลงไปอีกมาก ใบหน้าซูบตอบจนเห็นโหนกแก้มชัดเจน ร่างกายซูบผอมจนเหมือนเหลือเพียงผิวหนังที่หุ้มกระดูกไว้ แต่สิ่งที่ไม่เปลี่ยนแปลงเลยคือเรื่องกำลังใจจากครอบครัว จากแม่ของเธอที่ยังคอยดูแลอยู่ไม่ห่าง แม้ในช่วงแรกๆ ที่ได้เจอกันแม่จะยังมีน้ำตาอยู่บ้าง แต่ๆ ละครึ่งที่พบกันแม่ดูเข้มแข็งขึ้นมาก และความเข้มแข็งนั้นก็ยิ่งส่องประกายอยู่ในแววตาของลูกสาว ทำให้รู้ว่าสภาพจิตใจของเธอเองก็ยังดีอยู่ตลอดเวลาที่ได้เจอกัน

ผู้ป่วยชอบดูรายการแนะนำอาหารและการทำอาหาร ซึ่งตอนแรกฉันคิดว่าถ้าเราเปิดรายการเหล่านี้ให้เธอดูจะทำให้เธอรู้สึกหิว เพราะเธอไม่สามารถกินอาหารเหล่านั้นได้ ฉันเลยพยายามจะเปลี่ยนช่องหรือเปลี่ยนหัวข้อในการพูดคุยไปเป็นเรื่องอื่น เธอกลับบอกฉันว่า สิ่งนี้ทำให้เธอมีความสุข เพราะเธอชอบเรื่องอาหารมาก ตอนที่ยังไม่ป่วยเธอจะมีความสุขกับการกินอาหารอร่อยๆ ตามที่ต่างๆ ทุกครั้งที่เล่าเรื่องอาหารเธอจะมีรอยยิ้มอยู่เสมอตอนนี้แม้ว่าเธอจะไม่สามารถรับอาหารทางปากได้เนื่องจากมีภาวะลำไส้อุดตันต้องรับสารอาหารทางหลอดเลือดแทน แต่การดูโทรทัศน์เกี่ยวกับรายการอาหารก็ยังเป็นกิจกรรมอีกอย่างหนึ่งที่ทำให้การนอนอยู่บนเตียงในโรงพยาบาลไม่ใช่เรื่องที่น่าเบื่อจนเกินไป ความรู้สึกของผู้ป่วยต่างกับความคิดเห็นของฉันอย่างสิ้นเชิง ถ้าในตอนนั้นฉันตัดสินใจเปลี่ยนช่องโทรทัศน์ไปโดยไม่สอบถาม

ความคิดเห็นของเธอ เพียงเพราะคิดว่าจะทำให้เธอทุกข์ มันก็คงเป็นการขัดขวางความสุขของเธอที่มีกับเรื่องนี้ เธอสอนให้ฉันได้รู้ว่า เราไม่ควรเอาความคิดตัวเองเป็นที่ตั้ง คนที่เราควรเอาใจใส่คือผู้ป่วยที่อยู่ตรงหน้า ความหวังดีที่เรามีในบางครั้งอาจจะไม่ได้ทำให้ผู้ป่วยมีความสุข

หลายสัปดาห์ผ่านไป วันจันทร์ก็วนมาถึงอีกครั้งที่ฉันจะได้ดูแลผู้ป่วยรายเดิม แต่พอมาถึงที่หอผู้ป่วยปรากฏว่าห้อง 17 ห้องประจำที่ผู้ป่วยรายนี้ คนนี้อยู่หลับใหลไปเสีย ปอดเดินเข้าไปดูปรากฏว่าห้องว่างเปล่า ไม่มีใครอยู่เลย สอบถามกับพี่พยาบาลจึงทราบว่าผู้ป่วยเสียชีวิตไปแล้ว ตอนนั้นรู้สึกตกใจระคนไปกับความเสียใจ การที่ได้ดูแลพูดคุยกันมาหลายสัปดาห์ ทำให้รู้สึกว่ามีผู้ป่วยรายนี้เป็นเหมือนเพื่อน เหมือนคนรู้จัก ฉันยังมีเรื่องอาหารที่เตรียมจะเอามาเล่าให้เธอได้ฟัง ตอนที่เจอกันสัปดาห์ก่อนหน้าเธอยังบ่นว่าอยากรับประทานไอศกรีม ซึ่งฉันตั้งใจไว้ว่าจะซื้อมาให้ แต่วันนี้ผู้ป่วยได้จากไปแล้ว ทุกอย่างที่ฉันคิดว่าจะทำให้เธอไม่มีโอกาสได้อีกต่อไปแล้ว

การจากไปของผู้ป่วยรายนี้ทำให้ฉันกลับมามองตัวเอง ทบทวนตัวเอง ความตายเป็นเรื่องที่ไม่ได้เกี่ยวกับอายุมากหรือน้อย เป็นเรื่องธรรมชาติที่เกิดขึ้นได้กับทุกคนไม่ว่าจะเวลาไหนก็ตาม ความตายไม่ใช่เรื่องไกลตัวและไม่ได้สงวนไว้แต่กับคนแก่ชราเท่านั้น ซึ่งถ้าในวันนี้หรือพรุ่งนี้ความตายเกิดขึ้นกับตัวเอง ฉันยังคงมีอีกหลายๆ เรื่องที่รู้สึกเสียดายเพราะไม่ได้ลงมือทำ ตั้งแต่ตอนที่ยังมีโอกาส การแสดงความรักกับพ่อแม่เป็นเรื่องแรกๆ ที่เข้ามาในความคิดของฉัน การกอดพ่อแม่เป็นเรื่องที่จำได้ว่าเคยทำตอนที่ยังเด็กมากๆ ซึ่งพอโตขึ้นก็ไม่ได้กอดท่านอีกเลย จะกลับมากอดกันอีกมันก็เขินอายกัน

ทั้งสองฝ่าย แต่หลังจากเหตุการณ์ที่ผู้ป่วยเสียชีวิตในวันนั้น พอกลับถึงบ้านฉันตรงเข้าไปกอดพ่อกับแม่ทันที แน่ใจว่าแม่ตกใจ ฉันจึงเล่าเรื่องผู้ป่วยรายนี้ให้แม่ฟังและได้เปิดใจคุยเรื่องการจากไป การจัดการร่างกายรวมถึงเรื่องอื่นๆ อย่างคร่าวๆ ซึ่งเป็นเรื่องใหม่ที่ไม่เคยคุยกันมาก่อนในครอบครัวทั้งๆ ที่วันหนึ่งการจากลาอย่างนุ่มนวลมาถึง แต่เรากลับไม่เคยหาโอกาสพูดคุยเรื่องนี้กันเลย

การดูแลผู้ป่วยรายนี้ทำให้ฉันได้เปลี่ยนความคิด การจากไปของเธอทำให้ฉันมีสติอยู่กับชีวิตมากขึ้น ในเมื่อเราไม่มีทางรู้ว่าความตายจะมาถึงเราเวลาไหน คงจะเป็นการดีกว่าหากเราใช้ชีวิตอย่างมีสติพร้อมรับกับการจากไปอยู่เสมอ



รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561

ความรัก  
ความหวัง  
รอยยิ้ม

ชลธิชา วัชรศักดิ์ตระกูล  
งานการพยาบาลผู้ป่วยพิเศษ  
ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช

“

คุณคิดว่าความหวังของพ่อแม่คนหนึ่งมุ่งหวังในสิ่งใด บางคนอาจบอกว่าอยากให้ลูกมีหน้าที่การงานที่ดี ประสบความสำเร็จในชีวิต บางคนไม่ขออะไรขอแค่ให้ลูกมีความสุขร่างกายที่แข็งแรง เป็นที่รักของเพื่อนที่ทำงาน บุคคลรอบข้างและสังคม แต่สุดท้ายแล้ว สิ่งที่พ่อแม่ทุกคนมุ่งหวังมากที่สุดกลับเป็นเพียงต้องการให้ลูกของตนใช้ชีวิตอย่างมีความสุข

ผู้ป่วยท่านหนึ่งซึ่งมีสถานะของคำว่า “แม่” รวมอยู่ด้วย มาเข้ารับการรักษาแบบประคับประคองที่หอผู้ป่วย ม.ว. 2 ผู้ป่วยท่านนี้มาด้วยระบบทางเดินอาหารอุดตัน ไม่สามารถรับประทานอาหารเองได้ ทำได้เพียงจิบน้ำเท่านั้น จึงมีความจำเป็นต้องได้รับน้ำเกลือและสารอาหารทางการแพทย์ผ่านทางหลอดเลือด ซึ่งผู้ป่วยคิดมาโดยตลอดว่า ถ้าไม่ได้สารอาหารผ่านทางหลอดเลือด ตนคงไม่สามารถมีชีวิตอยู่ได้จนทุกวันนี้ และอาจจะเสียชีวิตไปก่อนหน้านี้

ผู้ป่วยก็ยังคงสู้ตลอดมา เพื่อหวังว่าจะอยู่ถึงวันที่ได้เห็นบุตรสาวของตนมีคนที่ยพร้อมจะเข้ามาดูแลลูกแทนที่แม่คนนี้ในวันที่ร่างกายแม่เริ่มอ่อนแอ

ลงไปเรื่อยๆ หรือในวันที่แม่จากโลกนี้ไปตลอดกาล แล้ววันหนึ่งก็มีคนที่พร้อมเข้ามาดูแลลูกสาวแทนแม่คนนี้ ลูกสาวผู้ป่วยจึงตัดสินใจแต่งงาน

วันแต่งงานของลูกสาวอยู่ในช่วงเวลาที่ผู้ป่วยนอนพักรักษาตัวอยู่ในโรงพยาบาล ผู้ป่วยและลูกสาวจึงตัดสินใจปรึกษาแพทย์เจ้าของไข้และทีมผู้ดูแล เพื่อที่จะขออนุญาตและขอความคิดเห็นจากแพทย์ ในการไปร่วมงานแต่งงาน ขณะนั้นผู้ป่วยยังรู้สึกตัวดี พุดคุยรู้เรื่อง พอช่วยเหลือตัวเองได้บ้าง มีอาการปวดท้องเป็นบางครั้ง และยังจำเป็นต้องได้รับสารอาหารทางหลอดเลือดอยู่ ทีมแพทย์และพยาบาลได้ปรึกษาร่วมกัน พิจารณาในทุกประเด็น คำนึงถึงความเสี่ยงและความปลอดภัยของผู้ป่วย ลงความเห็นว่าคุณป่วยสามารถไปร่วมงานแต่งงานของลูกสาวได้ เพราะถือเป็นวันสำคัญของครอบครัว ลูกสาวและครอบครัวของผู้ป่วยต้องการเพิ่มความรู้สึกมั่นใจ จึงขอให้มีการปรึกษาพิเศษติดตามไปกับผู้ป่วยด้วยในวันแต่งงาน

เมื่อวันสำคัญที่ผู้ป่วยรอคอยได้มาถึง ผู้ป่วยมีสีหน้าสดชื่น มีรอยยิ้มประดับบนใบหน้าตลอดเวลาที่ร่วมงาน ความสุขของผู้ป่วยฉายชัดออกมาจนคนรอบข้างสัมผัสได้ เธอมีความสุขจนไม่ต้องพึ่งยาระงับปวดที่พยาบาลได้จัดเตรียมไปด้วย และสามารถอยู่ร่วมในพิธีได้อย่างราบรื่นจนจบงานท่ามกลางความอบอุ่นของญาติพี่น้องที่ไม่ได้พบหน้ากันมานาน ตั้งแต่ผู้ป่วยเข้ารับการรักษาตัวในโรงพยาบาล

จากการที่ได้เป็นส่วนหนึ่งในช่วงเวลาที่แสนพิเศษนี้ ทำให้ฉันรู้สึกว่าร่างกายของมนุษย์ไม่ได้ต้องการการรักษาเพียงภายนอก แต่ต้องการการดูแลรักษาถึงจิตใจและความรู้สึกควบคู่ไปด้วย จึงจะทำให้ผู้ป่วยมีกำลังใจในการ

ต่อสู้กับโรคที่เป็นอยู่ และให้ความร่วมมือในการรักษา ถึงแม้ว่าจะเป็นเพียงการรักษาแบบประคับประคองอาการ แต่ในฐานะของทีมสุขภาพผู้ดูแล รู้สึกรู้สีกดีใจที่มีส่วนช่วยให้ความปรารถนาสุดท้ายของผู้ป่วยรายนี้เป็นจริง การได้เห็นรอยยิ้มด้วยความสุขจากใจของผู้ป่วยถือเป็นรางวัลพิเศษที่จะทำให้พยาบาลมีกำลังใจในการปฏิบัติหน้าที่อย่างเต็มกำลังความสามารถต่อไป





รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



ความปรารถนา  
ครั้งสุดท้าย

ศรุตตา ตาวงศ์  
หอผู้ป่วยพิเศษ โรงพยาบาลราชพิพัฒน์

“

ฉันเป็นพยาบาลประจำหอผู้ป่วยพิเศษรวม ผู้ป่วยที่ฉันดูแลมีทั้งผู้ป่วยเด็ก มารดา - ทารกหลังคลอด ผู้ป่วยก่อน - หลังผ่าตัด และผู้ป่วยอายุรกรรม หลายครั้งที่ฉันจะต้องพบกับผู้ป่วยที่ได้รับการดูแลแบบประคับประคอง ที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าเป็นโรคที่ไม่สามารถรักษาให้หายได้ ผู้ป่วยและญาติไม่ขอทำการยื้อชีวิตใดๆทั้งสิ้นที่จะก่อให้เกิดความทรมานเมื่อระยะสุดท้ายมาถึง ผู้ป่วยจะได้รับการดูแลทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม จิตวิญญาณ ขณะที่ยังมีชีวิตอยู่จะได้รับการดูแลให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี และยังคงดูแลไปถึงครอบครัวของผู้ป่วยด้วย ฉันยอมรับว่าการดูแลผู้ป่วยประเภทนี้ในด้านของจิตวิญญาณเป็นเรื่องที่ยากที่สุด

ผู้ป่วยรายนี้เป็นหนึ่งในหลายๆ รายที่ได้รับการดูแลแบบประคับประคอง ผู้ป่วยชายวัยกลางคนป่วยเป็นโรคมะเร็งปอดที่ตอนนี้ลุกลามไปหลายอวัยวะในร่างกาย ทำให้เขาไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ ผลที่ค่อนข้างใหญ่ทำให้เขาเจ็บปวดตลอดเวลา บางครั้งมีอาการเหนื่อยร่วมด้วย การสื่อสารแต่ละครั้งเป็นไปด้วยความลำบาก เพราะใบหน้าและปากบวม รวมถึงการเจาะคอใส่ท่อ

ช่วยหายใจทำให้เขาไม่สามารถพูดคุยได้เลย

ตลอดระยะเวลาที่ผู้ป่วยรักษาตัวในโรงพยาบาลเขาได้รับการดูแลเอาใจใส่อย่างดีจากแพทย์ พยาบาล และครอบครัวของเขา แม้ว่าการรอคอยให้ผู้ป่วยฟื้นจากความเจ็บปวดนี้ของภรรยาและลูกๆ จะยาวนานก็ตาม แต่ภาพความสุขก็ยังคงเกิดขึ้นในห้องของผู้ป่วยเสมอ ภาพของลูกชายที่คอยพูดคุยหยอกล้อพ่อของเขาขณะช่วยพยาบาลเช็ดตัว พลิกตะแคงตัวให้ผู้ป่วย เกิดขึ้นในทุกๆ วัน หลานตัวน้อยที่มาเยี่ยมคุณปู่ของเขา ทำให้ผู้ป่วยมีรอยยิ้มเกิดขึ้นบ่อยๆ เสียงที่ภรรยาอ่านคัมภีร์ไบเบิลให้ผู้ป่วยฟัง เปิดรายการแข่งฟุตบอลที่ผู้ป่วยชอบให้ดู บรรยากาศการจัดงานวันเกิดในห้อง ถึงแม้ว่าบางวันจะหมดเวลาเยี่ยมผู้ป่วยแล้ว แต่พยาบาลทุกคนเข้าใจดีว่าตอนนี้ผู้ป่วยและครอบครัวต้องการใช้เวลาที่มีค่าร่วมกันให้มากที่สุด จึงไม่เป็นอะไรเลยที่เราจะอนุญาตให้เยี่ยมได้เกินเวลาบ้าง

เมื่อเวลาผ่านไป อาการของผู้ป่วยทรุดลงเรื่อยๆ หลายครั้งที่ฉันเห็นผู้ป่วยนอนน้ำตาไหล แต่ครั้งนี้แปลกตรงที่ผู้ป่วยหลับตาร้องไห้ ไม่มองหน้าใครทั้งสิ้น ฉันเข้าไปกุมมือผู้ป่วยเบาๆ “คุณลุงเป็นอะไรคะ มีอะไรอยากบอกหรืออยากให้หนูช่วยบอกมาได้เลยนะ หนูจะช่วยคุณลุงเอง” ผู้ป่วยค่อยๆ สิ้นต้ามองหน้าฉัน พร้อมกับทำปากขมุบขมิบเหมือนอยากจะพูดแต่ก็พูดไม่ได้ “เอาแบบนี้ไหมคะ คุณลุงเขียนหนังสือได้ไหม เรามาเขียนคุยกันดีกว่าว่าอยากให้หนูช่วยอะไร” แล้วสีหน้าที่เรียบเฉยเมื่อครู่กลับเปลี่ยนเป็นสีหน้าแห่งความหวัง ฉันหยิบปากกาและสมุดให้ผู้ป่วยเขียนถึงความปรารถนาของเขา

ในกระดาดที่เขียนด้วยลายมือเหยเกไม่ค่อยเป็นตัวหนังสือสัก พอจะอ่านได้ว่า “อยากเจอจิว” ฉันทันไปถามภรรยาของผู้ป่วยว่าจิวคือใคร “จิวเป็นหมากกระเป่าที่ลูกชายลุงเขาซื้อให้ ลุงรักมันมาก ตอนอยู่บ้านเขาจะตัวติดกันตลอด มันอ่อนแก่ง มันเหมือนเป็นตัวแทนลูกชายของเขา ในช่วงที่ลูกชายเรียนมหาวิทยาลัยต้องอยู่หอพัก นานๆ จึงจะได้กลับบ้าน ตั้งแต่ลุงป่วยต้องนอนโรงพยาบาลนี่ก็เกือบๆ สองเดือนแล้วที่ลุงไม่ได้เจอมัน ช่วงที่ไม่มีใครอยู่บ้านป่าก็ฝากให้คนข้างบ้านหาอาหารให้มันกิน ลุงเป็นห่วงมันมาก คงอยากเจอมันจริงๆ เขาเคยบอกป่าว่าให้บอกคุณพยาบาลให้หน่อยว่าจะขอพามันมาได้ไหม ป่ารู้ว่ามันผิดกฎระเบียบของโรงพยาบาล จึงไม่กล้าขอใคร ป่าพามันมาได้มี๊หนู”

ตอนนี้ฉันเริ่มสับสนกับความคิดที่ขัดแย้งของตัวเอง ความคิดหนึ่งบอกว่าไม่ได้ ทำแบบนี้มันผิดกฎระเบียบของโรงพยาบาล ถ้ามีใครรู้ไม่ใช่แค่ฉันคนเดียวที่จะเดือดร้อน แต่เพื่อนร่วมงานคนอื่นๆ ก็คงพลอยเดือดร้อนไปด้วย อีกความคิดหนึ่งบอกว่านี่อาจจะเป็นคำขอและความปรารถนาสุดท้ายของผู้ป่วยก็ได้ ถ้าคุณลุงไม่ได้เจอเจ้าจิวตอนนี้ แล้วถ้าเกิดเขาไม่ได้กลับบ้านและเสียชีวิตที่โรงพยาบาลจะทำอย่างไร หัวใจฉันเต้นแรง เหงื่อเริ่มออกที่ปลายจมูกกับการตัดสินใจครั้งนี้ เหน่า ผิดกฎสักครั้งคงไม่เป็นอะไร ถ้ามันจะทำให้ผู้ป่วยของฉันได้เจอกับสุนัขที่เขารักมาก และถ้าเขาเห็นว่ามันสบายดีเขาจะไม่ได้ไม่ต้องห่วง ฉันเข้าไปจับมือผู้ป่วยอีกครั้งพร้อมกับบอกว่าฉันอนุญาตให้ภรรยาพาเจ้าจิวมาได้ ผู้ป่วยยิ้มตอบรับด้วยความดีใจ

ช่วงเวลาประมาณสี่ทุ่มฉันเข้าไปดูตsemหะให้ผู้ป่วย ใต้ผ้าห่มผู้ป่วย มีอะไรดิ้นตุ๊กตีก้อยอยู่ เจ้าจิวโผล่ออกมาจากผ้าห่มที่คลุมแอบมันไว้ ผู้ป่วยหันมามีให้ฉันแล้วคว้ามือฉันไปบีบแน่นเท่าที่แรงของเขาจะมี ภรรยาของเขาหยิบกระดาษที่มีลายมือของผู้ป่วยส่งให้ฉัน ข้อความนั้นเขียนว่า “ขอบคุณมาก” ฉันรู้สึกว่าการตัดสินใจยอมทำผิดกฎระเบียบครั้งนี้มันคุ้มค่า เพราะมันสร้างความสุขให้แก่ผู้ป่วยได้มากในช่วงวาระสุดท้ายของชีวิต

เช้ามีดของวันต่อมาผู้ป่วยได้จากไปอย่างสงบ ภรรยาของผู้ป่วยบอกว่าผู้ป่วยมีความสุขมากที่ได้เจอเจ้าจิว คนในครอบครัวได้เห็นรอยยิ้มของผู้ป่วยอีกครั้งหลังจากที่เขานอนร้องไห้มาหลายวัน หลังจากเจ้าจิวกลับบ้านไปผู้ป่วยก็ค่อยๆ หายใจลดตลอดเรื่อยๆ จนหมดลมหายใจไปในที่สุดท่ามกลางความรักของลูกๆ และภรรยาของเขา



รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561

# พลังรักนี้เพื่อเธอ

นงนุช วัชชัยศรี

หน่วยไตเทียม โรงพยาบาลเลิดสิน

“

หญิงไทยโสด วัย 47 ปี เข้ารับการรักษาที่หอผู้ป่วยอายุรกรรมหญิง เมื่อ 7 ปีที่แล้ว ด้วยภาวะของเสียคั่งจากโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย และมีประวัติเป็นโรคจิตเภท รับการรักษาและรับประทานยาอย่างต่อเนื่องจากโรงพยาบาลรัฐที่มีชื่อเสียงมายาวนานด้านจิตเวช แถวคลองสาน เธอมีนามว่า นภา

เมื่อโทรศัพท์ดั่งขึ้น พยาบาลในหน่วยไตเทียมได้รับแจ้งว่า แพทย์เจ้าของไข้ต้องการพยาบาลไตเทียมให้คำปรึกษาการบำบัดทดแทนไต กับนภาและครอบครัวของเธอ ทีมพยาบาลจึงไปเยี่ยมนภาที่หอผู้ป่วย พบว่า นภาถูกจำกัดกิจกรรมให้อยู่บนเตียง มีภาวะสับสน และไม่มีใครกล้าอยู่ใกล้เตียง เพราะนภาพ่นน้ำลายใส่ นับว่าเธอยังมีแรงอยู่ที่เดียว ทำให้น้ำลาย ลอยมาเกือบโดนพยาบาล ต้องคอยหลบเข้าหลบออก

เมื่อพยาบาลต้องการจะพูดคุยกับนภา เพื่อประเมินอาการจึงได้นัด คนในครอบครัวของนภา มีอยู่ด้วยกัน 4 คน รวมทั้งนภา คือคุณพ่อ คุณแม่



ในวัยสูงอายุ และน้องสาวที่ยังไม่มีครอบครัว ซึ่งเป็นผู้ดูแลหลักหารายได้จุนเจือครอบครัว ด้วยเงินหมื่นกว่าบาทต่อเดือน เราได้นัดทุกคนในครอบครัวของนภามา เพื่อรับความรู้และทำความเข้าใจวิธีการบำบัดทดแทนไต ทุกคนในครอบครัวลงความเห็นว่าต้องเรียนรู้และทำให้ได้ ต่อแต่นี้ไป นภาก็เข้าสู่วิธีการล้างไตทางช่องท้อง

การสอนเริ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง เป็นเวลา 2 อาทิตย์ การเรียนรู้และฝึกฝน การล้างมือที่ถูกวิธี การเปลี่ยนถ่ายน้ำยาล้างไตทางช่องท้อง วันละ 4 รอบ การทำแผล การฉีดยาเข้าใต้ผิวหนัง ภาวะแทรกซ้อน และการแก้ไขเบื้องต้น อาหารการกินที่เหมาะสม สิ่งแวดล้อมที่ถูกสุขลักษณะ ด้วยพลังของความรักกันในครอบครัว ความรับผิดชอบในการดูแลภาก็อยู่กับคุณพ่อคุณแม่ ทำให้ผ่านขั้นตอนการเรียนรู้และสอบผ่านได้ จนกระทั่งนภาเริ่มดีขึ้นเป็นลำดับ พยาบาลต้องพยายามพูดคุยทำความเข้าใจกับผู้ป่วย ทำให้นภาเกิดความไว้วางใจ และมีการสอนนภาในเรื่องล้างมือ การดูแลตนเอง บางครั้งนภาไม่ยอมให้ความร่วมมือ บางครั้งมีภาวะซึมเศร้า ทุกครั้งที่พยาบาลพบกับนภา พยาบาลมีการสัมผัสตัวนภา ฟังในสิ่งที่เธออยากเล่า ถึงแม้มีเวลาน้อย พยาบาลก็จะพยายามใช้เวลาอย่างคุ้มค่าที่สุด หลังจากนั้นนภาเริ่มให้ความร่วมมือในการรักษา เรียนรู้การดูแลตนเองเท่าที่ทำได้ จนนภาสามารถกลับไปใช้ชีวิตอยู่ที่บ้านร่วมกับคุณพ่อคุณแม่ และน้องสาวได้

ผ่านมาประมาณ 3 ปี คุณพ่อของนภา พบว่าตนเองเป็นมะเร็งในกระดูกระยะสุดท้าย สิ่งที่คุณพ่อพูดบ่อย เพราะห่วงมากที่สุด คือ นภาก็จะอยู่อย่างไร

ต่อไป ขาดผู้ชายในบ้าน มีแต่ผู้หญิงจะเป็นอย่างไรกัน รวมทั้งคุณหมอที่โรงพยาบาลสมเด็จพระยาเดชาดิศรมาว่า นภาอาจมีอาการทางจิตที่ฉับพลันขึ้นมาอีกได้ หากไม่สามารถยอมรับสภาพการสูญเสียคนที่รัก

นับจากนั้นมาพยาบาลได้พูดคุยแนะนำให้คุณแม่และน้องสาววางแผนการดูแลรักษา โดยคอยให้กำลังใจเพิ่มขึ้น ดูแลรักษาอย่างใกล้ชิด และให้ภรรยาได้มาเยี่ยมคุณพ่อที่โรงพยาบาล ขณะเดียวกันทีมแพทย์พยาบาลก็ให้กำลังใจพูดคุยเกี่ยวกับธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ ซึ่งมีพบกันก็มีวันพรากจากกันตามวาระ พวกเราและครอบครัวของนภามีการวางแผนการดูแลร่วมกันอย่างต่อเนื่อง เริ่มจากให้รักษาและครอบครัวมีความไว้วางใจในทีมแพทย์พยาบาล จากนั้นให้ความรู้ความเข้าใจในการดูแลผู้ป่วย พร้อมทั้งเสริมพลังอำนาจทั้งนภาและคุณแม่ สุดท้ายเป็นที่ปรึกษาให้นภาและครอบครัวทั้งที่โรงพยาบาลและทางโทรศัพท์

วันที่คุณพ่อใกล้จากไป นภามาเยี่ยมคุณพ่อเหมือนเช่นเคย และพร้อมเผชิญกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น พวกเราทีมแพทย์พยาบาลตั้งใจมากที่นึกภาคิดได้ และจะร่วมดูแลตนเองรวมทั้งช่วยดูแลคุณแม่ต่อไปเท่าที่ทำได้ นภาพูดกับคุณพ่อว่า ไม่ต้องเป็นห่วง ขอให้พ่อหลับสบายนะ

ณ วันนั้นภาอยู่กับพวกเรามา 7 ปีแล้ว รักษาภาวะไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย ด้วยวิธีล้างไตทางช่องท้อง ซึ่งก็มีสภาพเสื่อมลงตามลำดับพยาบาลต้องมีการเตรียมความพร้อมทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ให้ทั้งคุณแม่และน้องสาวอีกครั้ง คุณแม่ของนภาอายุมากขึ้น สภาพร่างกายถดถอยลง

ตามวัย เข้าที่เสื่อมอยู่ ปวดมากขึ้น หลงลืมบ่อยครั้งขึ้น พยาบาลจึงทบทวน การเรียนรู้ให้ภาพเพื่อสามารถดูแลตนเองได้ต่อเนื่อง เช่น เตรียมสิ่งแวดล้อม และของใช้ล้างไตด้วยตนเอง การล้างถึงอุปกรณ์ เก็บผ้าเช็ดมือที่ตากไว้ พับผ้าเก็บเข้าตู้ และรู้หลักการทำความสะอาด

ตั้งแต่วันแรกที่พบกันจนถึงวันนี้ นภาไม่เคยมานอนรักษาตัว ที่ โรงพยาบาลอีกเลย ทุกครั้งที่นภามาตรวจตามนัดโรงพยาบาล จะยกมือไหว้ ทักทาย สวัสดี เจ้าหน้าที่ทุกคน เธอชอบแต่งตัว แต่งหน้า ทาปากสีชมพูเข้ม พวกเราสดชื่นทุกครั้งที่เห็นหน้านภา ในวันปีใหม่นี้ นภาได้ซื้อกระดาษ ชับมันมาเป็นของขวัญให้พยาบาล เพราะเธอเห็นว่า พยาบาลที่นี่หน้ามัน และแนะนำให้ทาปากสีเข้มขึ้นอีกหน่อยจะดีมาก และด้วยความขอบคุณ ทีมแพทย์พยาบาล นภาจะนำมะม่วงริมรั้วบ้านของเธอมาฝาก โดยหอบหิ้วขึ้น รถโดยสารประจำทางมาขึ้นสองแม่ลูก จากแถวสุขุมวิทซอย 101 ด้วย สภาวะการจราจรคับคั่งในกรุงเทพฯ นับว่ามาไกลอยู่เหมือนกัน

ภาพในอดีตที่พวกเราเห็นจนชินตา คือ ภาพที่คุณพ่อขับรถแท็กซี่ คันเก่าที่ไว้หารายได้เลี้ยงครอบครัว พาคุณแม่ จูงนภามาตรวจที่โรงพยาบาล ตามนัด ทุกครั้งที่พวกเรามีการวางแผนการดูแลร่วมกัน ทุกคนในครอบครัว 4 ชีวิต จะมาพร้อมหน้ากันที่โรงพยาบาล แม้ตอนนี้จะไม่มีคุณพ่อของนภาแล้ว แต่นภายังมีคุณแม่และน้องสาวซึ่งยังคงภาพครอบครัวที่อบอุ่นดูแลกันและกัน ชีวิตถึงจะลำบากมากขึ้น ยังต้องสู้ต่อไป ในวันข้างหน้า นภา คุณแม่ และ น้องสาวจะต้องพบกับคำว่า พลัดพรากจากกันอีกครั้ง เสียงของคุณแม่และ

น้องสาวยังคงตอบเหมือนเดิมว่า ทำใจยอมรับไว้แล้ว วันนี้จะขอดูแลภา  
ให้ดีที่สุด เพื่อวันนั้นจะได้มาถึงช้าๆ ด้วยความรักของทุกคนในครอบครัวนี้  
ที่มีให้กันมาตลอด โดยยึดคติที่ว่า ทำวันนี้ให้ดีที่สุด และมีความสุขกับ  
ทุกวันที่มีเธอ



รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



สุขสุดท้าย  
ที่เลือกได้

จุฬาลักษณ์ สุทธิจ่านงค์  
ทัณฑสถาน โรงพยาบาลราชทัณฑ์

“

“คนเราเกิดมาจะมีโอกาสในชีวิตสักกี่ครั้งที่ได้เลือกในสิ่งที่เราต้องการหรือพอใจ เพื่อผลลัพธ์คือความสุขกายและใจที่เกิดขึ้น” ซึ่งคำตอบสำหรับคนแต่ละคนย่อมแตกต่างกัน บางคนอาจจะมีโอกาสได้เลือกหรือบางคนอาจไม่เคยได้เลือก สำหรับผู้ป่วยที่ฉันจะเล่านี้ เขามีโอกาสที่ได้เลือกตามสถานภาพอันสมควรภายใต้กฎระเบียบของกรมราชทัณฑ์

เขาถูกคุมขังในเรือนจำซึ่งเต็มไปด้วยกฎระเบียบมากมาย อยู่ภายในห้องขัง ต้องมีเจ้าหน้าที่ควบคุมดูแลตามระเบียบ แต่เขาก็ได้รับสิทธิตามที่คนทุกคนควรได้รับซึ่งรวมถึงการรักษาในขณะที่เจ็บป่วย เขาใช้ชีวิตในเรือนจำที่รองรับผู้ต้องขังที่ตัดสินโทษสูงสุดในประเทศไทยเป็นระยะเวลา 15 ปี เขาเป็นผู้ต้องขังชาวจีน อายุ 42 ปี แพทย์วินิจฉัยว่าป่วยด้วยโรคมะเร็งปอดระยะลุกลาม แต่เขายังไม่ทราบ

จากการประเมินและพูดคุยกับผู้ป่วยในครั้งแรก สื่อสารกันลำบาก ผู้ป่วยพูดภาษาจีนเป็นส่วนใหญ่ ทำท่าอ่อนเพลีย มีสีหน้าเจ็บปวดบริเวณท้องน้อย โดยใช้มือกดท้องตลอด ตอนนั้นดิฉันคิดว่า เราจะสื่อสารกันอย่างไรเพื่อจะได้

นำไปวางแผนการรักษาพยาบาลต่อไป จึงคิดว่าต้องมีล่ามมาช่วยแปล ฉันทึกถึงผู้ป่วยรายหนึ่งเป็นผู้ต้องขังชาวสิงคโปร์ที่พูดภาษาจีนและภาษาไทยได้ดี เคยถูกคุมขังที่เรือนจำกลางบางขวางเหมือนกัน จึงประสานฝ่ายควบคุมขออนุญาตให้ผู้ต้องขังคนดังกล่าวช่วยเรา

จากการพูดคุยจึงได้ข้อมูลว่า “ มีหลานสาว 1 คนในประเทศไทยจะมาเยี่ยมเดือนละครั้ง ตอนนี้อาการไม่มีแรงแต่อยากเดินได้เอง ” ในขณะที่พูดคุยกันพบว่า ผู้ป่วยคิดแต่พูดออกมาเป็นประโยคไม่ได้ ทุกครั้งที่เกิดอาการแบบนี้ เขาจะแสดงสีหน้าวิตกกังวล ไข่มือตีที่ศีรษะตัวเอง ฉันทะเลาะและปอบว่า “ ไม่เป็นไรนะ ค่อยๆ พูด เรามีเวลา ” เขาพยักหน้า จากนั้นฉันประสานนักสังคมสงเคราะห์เพื่อต้องการให้ญาติมาเยี่ยมและรับทราบอาการป่วย

หลังจากนั้น 10 วัน หลานสาวผู้ป่วยมาเยี่ยม เธอเป็นชาวจีน ทำงานเป็นไกด์ที่พื้ทยา หยุดงานได้เฉพาะวันศุกร์ ฉันทได้แจ้งอาการผู้ป่วยให้ญาติทราบ หลานสาวผู้ป่วยร้องไห้โฮ บอกว่า “ สงสารอา เขาเป็นคนดี ” ฉันทบอกว่า “ ตอนนี้เราต้องให้กำลังใจผู้ป่วยและมาเยี่ยมผู้ป่วยบ่อยๆ ถ้าสามารถทำได้ ” และให้เบอร์โทรศัพท์หผู้ป่วยเพื่อให้สอบถามอาการ ดิฉันได้พูดคุยกับผู้ป่วย โดยให้ข้อมูลเกี่ยวกับโรค อาการและแนวทางการรักษา เราได้พูดคุยถึงแนวทางการรักษาร่วมกันกับผู้ป่วยและหลานสาวพร้อมกัน ผู้ป่วยพูดกับดิฉันว่า “ ผมเป็นมะเร็ง จะอยู่ได้นานไหม ผมไม่กลัวตาย ไม่ต้องใส่ท่อช่วยหายใจและไม่ปี้มหัวใจ ผมรู้อาการของผมดี แต่ผมมีสิ่งที่ยากให้ช่วยก่อนที่ผมจะจากไป คือ อยากเจอแม่ อยากเจอลูก และถ้าผมจากไปเอาผมกลับไปหาแม่ ผมอยาก

กลับไปอยู่กับครอบครัวและคนในตระกูลผม ผมอยู่ที่นี้คนเดียวมา 15 ปีแล้ว  
อย่าทิ้งผมไว้ที่นี้คนเดียว” หลานสาวน้ำตาไหลและตอบผู้ป่วยว่า “ตอนนี้  
ย่าอายุ 86 ปีแล้วเดินไม่ไหวและไม่มีเอกสารเข้าประเทศไทย” ผู้ป่วยตอบว่า  
“ไม่เป็นไร เข้าใจนะ แต่คิดถึง ไม่เห็นหน้าแม่มา 15 ปีแล้ว” ฉันเลยเสนอว่า  
“ถ่ายภาพคุณยามาแล้วปิดไว้ที่หัวเตียงดีไหม” ตอนนี้ฉันได้เห็นรอยยิ้มผู้ป่วย  
และตอบว่า “ได้” ส่วนเรื่องลูกสาวผู้ป่วย หลานสาวบอกว่า “ตอนนี้ได้ข่าวว่า  
อยู่ที่จังหวัดเชียงใหม่ จำชื่ออดีตอาสะโกได้ จะลองค้นหาใน facebook ดู”  
ฉันเห็นรอยยิ้มและแววตาผู้ป่วยที่ได้รับคำตอบจากหลานสาว

ศุกร์ต่อมาหลานสาวผู้ป่วยมาพร้อมเด็กผู้หญิงผมยาว หน้าตาน่ารัก  
สองคน ผู้ป่วยเห็นหน้าเด็กสองคนนั้นถึงกับปล่อยโฮ เด็กหญิงทั้งสองคนจับมือ  
พ่อคนละข้างและกอดพ่อ ผู้ป่วยพูดกับลูกว่า “พ่อคิดถึงลูกมากรู้ไหม เรา  
ไม่เจอกันเลยตั้งแต่ผมเข้าเรือนจำ พ่อรักลูกมากนะ” ลูกสาวคนโตยื่นภาพสี  
เป็นภาพผู้หญิงสูงอายุคนหนึ่ง หลังภาพนั้นมีข้อความเขียนว่า “แม่รักลูกนะ  
อดทนนะ” ผู้ป่วยรับภาพ 2 ใบมาติดไว้ที่หัวเตียง ก่อนกลับผู้ป่วยขอว่า  
อยากถ่ายภาพลูกสาวเก็บไว้ดู ฉันจึงขออนุญาตเจ้าหน้าที่ควบคุมเพื่อถ่ายภาพ  
ที่เขาร้องขอ ตอนกลับเด็กหญิงทั้งสองกอดและหอมแก้มพ่อ แล้วพูดว่า  
“ปิดเทอมหนูจะรีบมาเยี่ยมพ่ออีกนะ” หลังจากญาติกลับไป ผู้ป่วยบอกฉันว่า  
“ผมมีความสุขที่ได้เห็นภาพแม่และได้กอดลูก” เขายกมือไหว้และพูดว่า  
“ขอบคุณครับ” ฉันตะลึงแล้วเขาแล้วตอบว่า “ยินดีช่วยด้วยความเต็มใจ”

ศุกร์ต่อมาหลานสาวเข้าเยี่ยมผู้ป่วยและแจ้งกับฉันว่า ฝ่ายทัศนคติปฏิบัติ  
แจ้งว่าไม่สามารถทำพิธีศพให้ได้ เนื่องจากไม่มีเอกสารรับรอง ถามย่าแล้วก็



ไม่มีเอกสาร การมาเยี่ยมครั้งนี้ผู้ป่วยมีอาการเหนื่อยปวดศีรษะและหลังมาก ต้องเพิ่มยาระงับปวด หลานสาวผู้ป่วยบอกกับฉันด้วยเสียงสั่นเครือว่า “คุยกับทุกคนในครอบครัวแล้วถ้าอาเสียชีวิต เราจะนำอากลับไปอยู่ที่บ้าน ไม่ให้อาอยู่ที่นี้ตามลำพังแน่นอน” ฉันจับมือหลานสาวผู้ป่วยเพื่อเป็นกำลังใจให้

ต่อมาอีก 5 วัน ผู้ป่วยถามฉันว่า “ผมจะเสียชีวิตอาทิตย์นี้ใช่ไหม” ฉันรู้สึกอึ้งกับคำถามของเขาและย้อนถามกลับไปว่า “ที่ถามเพราะรู้สึกอย่างไร” เขาตอบกลับมาว่า “ผมไม่ได้กลัวที่จะตายแต่พร้อมที่จะตายแล้ว ไม่อยากทรมานอีก” ฉันแตะที่แขนเขาและตอบว่า “ไม่มีใครรู้ได้ แต่ถ้าอยากให้ช่วยอะไรขอให้บอก ตอนนี้อาป่วยไข้ไหมจะบอกคุณหมอให้นะ” ฉันได้นำเรื่องอาการปวดไปรายงานแพทย์เพื่อปรับยาตามอาการ ต่อมาอีก 2 วัน เวลา 12.15 น. ผู้ป่วยจากเราไปอย่างสงบ

จากการดูแลผู้ป่วยรายนี้ทำให้ฉันรับรู้ถึงว่า มนุษย์เราต้องการความรัก ความเข้าใจ การเอาใจใส่จากครอบครัวและผู้ให้การดูแล ไม่มีใครต้องการอยู่อย่างโดดเดี่ยวอ้างว้าง ผู้ป่วยที่ฉันให้การดูแลเป็นกลุ่มผู้ป่วยที่ต้องอยู่ภายใต้กฎหมายอย่างเคร่งครัด ขาดอิสรภาพ ไม่ได้อยู่ใกล้ชิดกับครอบครัว รวมถึงมีขอบเขตในเรื่องของโอกาสหรือทางเลือกในการตัดสินใจที่จำกัด แต่ในฐานะพยาบาลผู้ให้การดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง ฉันมีความตั้งใจอยากให้เขาได้มีโอกาสเลือกหนทางในวาระสุดท้ายของชีวิตด้วยตนเอง เพื่อให้เขาได้ไปสู่สุคติด้วยจิตอันสงบ



รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



# พบทันวันสุดท้าย

พญ.สิริน ไตรวุฒิปิพัฒนีกุล  
ทัณทสถาน โรงพยาบาลราชทัณฑ์

“

ทำไมอยากเป็นหมอ? คำถามนี้ถูกถามเป็นร้อยๆ ครั้ง เป็นคำถามที่  
ไร้ซึ่งคำตอบในตอนแรก หากแต่วันเวลาผ่านไปในชีวิตการทำงานของข้าพเจ้า  
ช่วยเติมเต็มคำตอบนี้ให้สมบูรณ์ขึ้นเรื่อยๆ เป็นกำลังใจสำคัญที่ทำให้หมอ  
โรงพยาบาลรัฐเบื้องหลังกำแพงสูงอย่างข้าพเจ้า สามารถทำงานในทุกๆ วัน  
ได้อย่างมีความสุข ไข่มแล้ว...ข้าพเจ้าเลือกมาเป็นแพทย์ใช้ทุนในทัณฑสถาน  
โรงพยาบาลราชทัณฑ์ โรงพยาบาลที่มีคนไข้ที่ขาดโอกาส ขาดอิสรภาพ ใส่โซ่  
ตรวนและกุญแจมือ โรงพยาบาลที่ไม่ค่อยมีใครรู้จัก โรงพยาบาลที่ทุกๆ คน  
ต่างถามว่าทำไมถึงเลือกมาใช้ทุนที่โรงพยาบาลแห่งนี้ และนี่ถือเป็นอีกวัน  
สำหรับเรื่องราวดีๆ เบื้องหลังกำแพงสูงแห่งนี้

วันทำงานเริ่มต้นอย่างสดใส ข้าพเจ้าเดินเข้าหาผู้ป่วยหญิงเพื่อประเมิน  
ผู้ป่วยตามเตียงต่างๆ เหมือนเคย “คุณหมอคะ วันนี้มีคนไข่นักจากเรือนจำ  
หญิงอยู่ไอซียูรับมาเมื่อคืน อาการไม่ค่อยดีเลยคะ ผู้ป่วยมาด้วยอาการ ซึม  
เรียกไม่รู้สีกตัว รุมน่านตาขยาย หายใจเฮือก มีโรคประจำตัวคือ โรคเบาหวาน  
รับยาประจำที่เรือนจำ แพทย์เวรใส่ท่อช่วยหายใจ และส่งเอกซเรย์คอมพิวเตอร์

สมอง พบว่า มีเลือดออกที่ก้านสมองและโพรงสมอง เวรกลางคืนพยายาม  
ส่งคนไข้ออกด่วนแล้ว แต่ไม่มีโรงพยาบาลไหนมีเตียงว่างรับตัวเลยคะ”  
สิ้นเสียงที่พยาบาลที่คู่อิโรยจากการดูคนไข้รายนี้มาทั้งคืนรายงานอาการ  
ให้ข้าพเจ้าฟังอย่างคล่องแคล่ว ผิดกับภาระงานเสียจริง ข้าพเจ้ารีบเดินไปดู  
อาการคนไข้รายนี้ทันที

จากการประเมินคนไข้อาการหนักมาก สัญญาณชีพไม่คงที่ ต้องให้  
ยากระตุ้นความดันโลหิตตลอดเวลา ขณะจรดปากกาเขียนคำสั่งการรักษา  
ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณเวลาของคนไข้เหลือไม่มากแล้วจึงปรึกษาพยาบาลถึง  
การติดต่อญาติ พี่ๆ พยาบาลตอบอย่างมีอาชีพว่า “พี่พยายามติดต่อญาติ  
ทุกทางโดยติดต่อตามเบอร์โทรศัพท์ที่ให้ไว้แล้ว แต่ไม่สามารถติดต่อได้เลยคะ  
สอบถามทางเพื่อนผู้ต้องขัง ได้เบอร์โทรศัพท์เพื่อนบ้านคนไข้ พี่ประสานไปที่  
นักสังคมสงเคราะห์เพื่อติดต่อเพื่อนบ้านของคนไข้ เพื่อนบ้านแจ้งว่ารู้จักลูกสาว  
คนไข้ ทำงานดี เป็นบุคลากรทางการแพทย์อยู่ที่โรงพยาบาลรัฐแห่งหนึ่ง  
เพื่อนบ้านไม่มีเบอร์โทรศัพท์ แต่เป็นเพื่อนในเฟซบุ๊ก ได้ลองติดต่อไปหลายทาง  
จนพบลูกชายของคนไข้แล้ว ทางเพื่อนบ้านได้โทรกลับมาแจ้งว่า ครอบครัวเขา  
จะรีบมาวันนี้คะ” พี่ๆ พยาบาลกล่าว

ไม่น่าเชื่อเลยว่าเฟซบุ๊กเครือข่ายสังคมออนไลน์ในโลกอินเทอร์เน็ต  
จะช่วยเหลือโรงพยาบาลในการติดตามหาญาติจนเจอ หากไม่มีเฟซบุ๊กและ  
ทีมการรักษาเราคงติดต่อญาติไม่ได้ นับถือความพยายามของพยาบาลและ  
นักสังคมสงเคราะห์ ที่ทุ่มเททั้งกายและใจทำงานอย่างมีอาชีพ เบื้องหลัง  
การรักษามากมายถูกขับเคลื่อนโดยทีมการรักษาผู้ปิดทองหลังพระ

ใกล้เวลาสี่โมงเย็น พี่พยาบาลคนเดิมที่ทำงานมาตั้งแต่เมื่อคืนพูดอย่างมีความหวังว่า “คุณหมอคะ ญาติคนไข้เพิ่งมาถึง ทำเรื่องเยี่ยมใกล้ชิดอยู่ข้างหน้า คุณหมอมะรอไหมคะ” “รอค่ะ” ข้าพเจ้าตอบไปอย่างไม่ต้องคิด “สามีของคนไข้เข้าไม่ได้ค่ะเพราะคนละนามสกุล” เสียงปลายสายของพี่ๆ ฝ่ายควบคุมแจ้งให้ทราบถึงกฎการเยี่ยม “พี่คะ คนไข้อาการหนัก หมอขอให้ลูกคนไข้ยืนยันว่าเขาเป็นพ่อได้ไหมคะ” ข้าพเจ้าพยายามต่อรอง เพราะเวลาของคนไข้เหลือไม่มากแล้ว ปฏิบัติการรับรู้และสัญญาณชีพอ่อนลงเรื่อยๆ

กลุ่มผู้คนอันเป็นความหวังเดินเข้ามาใกล้สายตาของข้าพเจ้าชั้นเรื่อยๆ ผู้หญิงที่ใส่เสื้อกาวน์สีขาวเห็นเด่นชัดในกลุ่มคนเหล่านั้น ข้าพเจ้าเล่าอาการให้กับญาติคนไข้อย่างใจเย็น โดยเล่าให้ลูกสาวที่ใส่เสื้อกาวน์สีขาวฟังเป็นหลัก การให้ข้อมูลต่างๆ เป็นไปอย่างไม่ยากเย็น คงเป็นเพราะเราคุยภาษาเดียวกัน แต่ความยากคือการยืนอยู่ตรงนั้น ข้าพเจ้ารับรู้ได้ถึงความรู้สึกเศร้าโศกเสียใจ สิ้นหวังของการได้พบกันในครั้งนี้ “หมอให้เวลาญาติอยู่กับคนไข้ตามสบายนะคะ” ข้าพเจ้าพยายามให้ความเป็นส่วนตัวแก่คนไข้ แม้จะอยู่ในสถานะถูกจองจำ

“แม่” เสียงสั้นสะท้านผ่านหูของข้าพเจ้าขณะเดินหันหลังออกมา คำเพียงคำเดียวที่สะท้อนความรู้สึกในใจของลูกสาว ผู้ที่รับรู้อาการและความเป็นไปของคนไข้ได้ดีที่สุด หากแต่เพียงว่า คนไข้หนักร้ายนี้คือ คุณแม่ของตัวเอง “แม่ทั้งพวกเราไปอยู่กับสามีใหม่ตั้งแต่เรายังเล็กครับ แม่เคยเอาเงินที่พ่อเตรียมไว้สำหรับจ่ายค่าเทอมของพวกเราไปซื้อยาเสพติด แต่พ่อ

ก็ให้อภัยแม่เสมอ ถึงแม้ว่าแม่จะไม่เคยเลี้ยงดูพวกเราเลย พ่ออดทนส่งพวกเราเรียนจนจบ และส่งเงินให้แม่ใช้ตลอดตอนที่แม่ติดคุก” คำบอกเล่าป็นน้ำตาของลูกชายระบายออกมาให้แก่ทุกๆ คนตรงหน้าฟัง สามีของคนไข้ยื่นปิดหน้าหลบอยู่ด้านหลังสุด หลังจากที่ลูกสาวเห็นแม่ในสภาพที่ร่างกายอ่อนนึ่ง ผิวคล้ำมือเย็นยะเยือก สายระโยงระยางทั่วตัว บรรยากาศหยุดนิ่งเงียบสงัด มีเพียงลมหายใจรวยรินจากการทำงานของเครื่องช่วยหายใจและเสียงสะอื้นจากคนในครอบครัวเท่านั้นที่เคลื่อนไหว ไม่น่าเชื่อเลยว่า ในวันที่ลูกๆ ประสบความสำเร็จ ทุกคนในครอบครัวอยู่กันพร้อมหน้า จะเป็นวันแห่งความสุขเสียญาติทุกคนตกลงจะให้คนไข้จากไปอย่างสงบ ปราศจากการช่วยยื้อชีวิตใดๆ ให้ต้องทุกข์ทรมานอีก ระหว่างที่สามีของคนไข้ ยังคงไม่สามารถมองภรรยาได้อย่างเต็มตา มีอันแสนอบอุ่นของพี่พยาบาลได้โอบอุ้มมือของชายผู้แสนดีให้เอื้อมมาจับมือของคนไข้เอาไว้พร้อมกล่าวด้วยน้ำเสียงอันอ่อนโยนว่า “ในฐานะที่ดิฉันเป็นพยาบาลขอเป็นตัวแทนของภรรยา และแม่คนหนึ่ง กล่าวขอขมาและอโหสิกรรมให้กับทุกๆ สิ่ง ที่คนไข้ได้เคยกระทำผิดพลาดกับทุกคนในครอบครัวนะคะ” ประโยคนี้มีค่ามากมายจริงๆ พี่พยาบาลคนเดิมที่ตั้งใจดูแลคนไข้มาตั้งแต่เมื่อคืนยังคงทำหน้าที่ได้อย่างไม่ขาดตกบกพร่อง การเอ่ยคำพูดมาจากกันบังของความรู้สึกช่วยคลี่คลายสถานการณ์ และปลดเปลื้องความผิดพลาดของคนไข้ให้บรรเทาเบาบางลง มันช่างเป็นพลังความรักที่ยิ่งใหญ่เหลือเกิน ทุกคนพยักหน้าพร้อมๆ กันอย่างไม่ได้นัดหมาย ก่อนหมดเวลาเยี่ยมลูกๆ และสามีได้โอบกอด อ้อลาคนไข้เป็นครั้งสุดท้าย ข้าพเจ้าได้พูดกับลูกสาวคนไข้ว่า “ถ้าคืนนี้คุณแม่มีอาการทรุดลง ทาง

โรงพยาบาลจะโทรไปแจ้งอย่างรวดเร็วที่สุดนะคะ” คินนั้นไม่มีปฏิกิริยาเกิดขึ้น คนไข้จากไปอย่างสงบ

การทำงานของเรานี้เหล่าบุคลากรทางการแพทย์เริ่มขึ้นวันใหม่อีกครั้ง คงจะดีขึ้นไปกว่าเมื่อวาน ขณะที่ข้าพเจ้าเดินเข้ามาทำงานตามปกติ ได้พบกับลูกสาวของคนไข้อีกครั้ง “พี่มารับศพคุณแม่หรือคะ มีอะไรที่หนูพอจะช่วยพี่ได้บอกได้เลยนะคะ” ข้าพเจ้ายิ้มให้กับลูกสาวของคนไข้ “ขอบคุณมากจริงๆ ค่ะ” ลูกสาวคนไข้ตอบอย่างซาบซึ้ง การรับศพและทำเรื่องปลดจากการจองจำ เป็นไปอย่างราบรื่น บทเรียนในครั้งนี้ทำให้ข้าพเจ้าได้เรียนรู้อะไรหลายๆ อย่าง ทั้งในแง่ของการเป็นหมอ การเป็นเพื่อนร่วมวิชาชีพ การเป็นลูก และการเป็นญาติของคนไข้ที่ดี บทบาทในชีวิตของคนเรามีมากมายในช่วงเวลาหนึ่งๆ หากเราพยายามทำทุกบทบาทให้เต็มที่ที่สุดเท่าที่เราจะทำได้ คงจะเป็นผลดีต่อเรา และคนรอบข้างไม่น้อยเลย นี่แหละคือคำตอบว่า ทำไมไม่อยากเป็นหมอ แล้วคุณล่ะได้อะไรจากเรื่องเล่า “พบกันวันสุดท้าย”



รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



แสงสว่าง  
ในความมืด

ชัชฎาภรณ์ อิงคสกุลโรจน์  
ศูนย์ชีวะรักษ์ โรงพยาบาลนครนายก

“

“สวัสดีครับ...ผมมาแล้วครับ” เสียงทักทายที่ได้ยินมาแต่ไกลมิใช่ใครอื่น เป็นแน่ นอกจากลุงสมพงษ์ คนเดิมที่คุ้นเคยกับทีมเราเป็นอย่างดี

ลุงสมพงษ์เป็นผู้ป่วยที่ทีมเราได้ดูแลกันมาเกือบปี เขามีเอกลักษณ์ เฉพาะตัวที่ทำให้ทีมเราและเพื่อนๆ คนป่วยจำเขาได้ ทุกครั้งที่มาตรวจที่คลินิก หรือมาให้ยาที่หน่วยเคมีบำบัด พวกเราจะได้ยินเสียงทักทายของเขา เสียงดัง ฟังชัดมาตั้งแต่ประตูทางเข้าห้องตรวจ และจะยกมือไหว้ GRATITUDE ทุกคนด้วย ใบหน้ายิ้มแย้ม ทักทายด้วยความเป็นมิตร ภาพชายวัยกลางคนรูปร่างผอมสูง ที่นั่งอยู่บนรถเข็นโดยมีลูกชายเข็นพามาตรวจรักษาพร้อมครอบครัวที่อบอุ่น

ลุงสมพงษ์มาเป็นลูกค้ำทีมเราตั้งแต่แรกเริ่มด้วยอาการปวดท้อง และ ตรวจพบเจอก้อนในท้อง คุณหมอสุภาพแพทย์หัวหน้าทีมที่ลุงสมพงษ์มัก เรียกว่าแม่ทัพใหญ่ ได้คุยปรึกษาวางแผนการรักษาดูแลลุงสมพงษ์ร่วมกับ ครอบครัว ทุกคนเคารพการตัดสินใจของลุงสมพงษ์ เขาพร้อมรับฟัง หยุดนิ่ง ไปพักใหญ่และเลือกทำผ่าตัดนำเจ้าก้อนเนื้อที่ตรวจพบไปตรวจเพื่อวินิจฉัย ความร้ายกาจของมัน คุณหมอบอกถึงแนวทางการรักษาหากความร้ายกาจ

ของมันเป็นเรื่องร้ายหรืออาจจะไม่ร้ายกาจอย่างที่คิดก็อาจเป็นไปได้ ลุงสมพงษ์ ตั้งใจฟังแม่ทัพใหญ่อธิบายอย่างใจจดจ่อ “หมอครับปกติชีวิตผมก็อยู่ในโลกมืด อยู่แล้ว หากพบว่ามันร้ายจริงๆ ผมคงต้องรับมือกับมัน”

การผ่าตัดผ่านไปได้ด้วยดี ลุงสมพงษ์ปลอดภัย ไม่กี่วันผลการวินิจฉัย เจ้าก้อนเนื้อไม่สู้ดีนัก มันร้ายกาจมากกว่าที่คิด ผลเป็นมะเร็งกระเพาะอาหาร ระยะท้ายและมีแนวโน้มนำลุกลามกระจายไปยังอวัยวะอื่นในช่องท้อง คุณหมอ แม่ทัพใหญ่ของทีมเราเรียกประชุม เราพยาบาลประจำประคอง ประคอง ทุกสิ่ง เตรียมวางแผนด้านจิตใจการไปต่อและที่เร่งด่วนคือการรับฟังข่าวร้าย ของคนไข้ พี่بوبพยาบาลเคมีบำบัดที่น่ารัก สูตรยาของพี่بوبที่จะช่วยเยียวยา ชีวิตผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายให้ได้มีคุณภาพชีวิตที่ดีระยะท้ายกับลูกหลาน แม้ไม่หายแต่เพิ่มเวลาเยียวยาเพื่อให้ผู้ป่วยและครอบครัวได้ทำสิ่งค้างคาใจ อีกสักหน่อย ทีมเราก็จะทำ คุณหมอมักบอกพวกเราเสมอว่าผู้ป่วยระยะท้าย ไม่ใช่ท้ายที่สุด อะไรที่เราทำได้เพื่อลดอาการหรือเยียวยาผู้ป่วยได้บ้างเราจะ ทำให้ เราให้เขาได้มีทางเลือก แม้สุดท้ายคือความตายแต่ก็มีสุขสุดท้ายได้ เราต้องช่วยกันเพื่อให้เกิดสิ่งนี้กับผู้ป่วยแต่เราจะไม่เพิ่มความทุกข์ทรมาน กับเขา กรณีของลุงสมพงษ์ละเอียดอ่อนกว่าคนอื่น ลุงสมพงษ์ตาบอดทั้งสอง ข้างจากอุบัติเหตุเมื่อสิบปีที่แล้วเขาโชคร้ายกว่าคนอื่น การรับฟังข่าวร้าย ของเขา คุณหมอให้เราเตรียมพร้อมเป็นพิเศษเพื่อให้เขาได้รับทราบและ ไปต่อได้

ลุงสมพงษ์มาตามนัด วันนี้เขาอารมณ์ดีและทักทายทุกคนเช่นเคย ความพร้อมของครอบครัวยังเหมือนทุกครั้งมาด้วยกันพร้อมหน้าแม้ต้องกลางาน

ลูกๆ ก็มาด้วยทุกคน การเริ่มพูดคุยเรื่องข่าวร้ายผ่านไปได้อย่างราบรื่น การเตรียมรับมือทั้งทีมหอมแม่ทัพใหญ่และคนไข้ที่กำลังใจสู้ ไม่น่ากังวลอีกต่อไป “คุณหมอครับตอนแรกผมก็กลัวไม่ใช่ไม่กลัว แต่สิ่งที่คุณหมอบอกผม ผมก็ว่าผมจะสู้กับมัน คุณหมอคือแสงสว่างในความมืดของผมครับ ผมมองไม่เห็นคุณหมอแต่ผมรู้สึกได้ถึงความเป็นห่วงผมของคุณหมอครับ ผมสู้ครับ คุณหมอยังสู้ผมก็สู้ครับ คนเราตายภายในเจ็ดวันทุกคนแหละครับ มีอาทิตย์ถึงวันเสาร์ ยังไงก็มีสักวันในเจ็ดวันนี้แหละครับและจะกลัวทำไม”

การรักษาด้วยยาเคมีบำบัดผ่านไป ลุงสมพงษ์รับยาได้ทุกครั้ง ลุงได้ทำทุกอย่างที่เขาู้สึกว่ามั่นคงและมีความสุข การแบ่งร้านค้า บ้านและที่ดิน เขาได้ทำทุกอย่าง หรือแม้แต่ถ่ายรูปไว้ใช้ในงานของลุงเองก็ถูกเตรียมไว้พร้อม ปานิดภรรยาของลุงสมพงษ์ก็ทำความเข้าใจกับอาการของลุง และสิ่งหนึ่งที่ลุงสมพงษ์มักพูดถึงให้ฟังคือการได้มีการเยี่ยมเยียนถามไถ่ อาการของทั้งหมด อนามัยและเพื่อน อสม.ที่ไปหาเมื่อเขากลับไปพักผ่อนที่บ้าน คือทีมของแม่ทัพใหญ่ที่ส่งไปดูแลลุงที่บ้านเสริมให้ลุงมีกำลังใจทำให้เขารับยาเคมีบำบัดได้ทุกครั้ง ลุงรู้ว่ามันแค่ประวิงเวลาให้ลุงเท่านั้น ไม่หายแต่ยังได้เวลาที่สามารถทำอะไรอีกหลายอย่างจนไม่มีสิ่งค้างคาใจใดๆ แล้ว

“หมอครับวันนี้ผมคงต้องเดินทางไกลแล้ว ผมขอขอบคุณ คุณหมอมามากครับ” ร่างกายซูบผอมแต่ยังมีรอยยิ้มยกมือไหว้แม่ไม่ถูกทิศทางก็ตาม “คุณหมอคือแสงสว่างในความมืดของผมจริงๆ ครับ”

แม้วันนี้ลุงสมพงษ์ไม่อยู่กับเราแล้วแต่บทเรียนที่เราได้จากลุงสมพงษ์ ทำให้เราได้เรียนรู้ว่ากำลังใจคือสิ่งสำคัญ การสร้างแรงศรัทธาในการดูแลรักษา แม้สุดทางข้างหน้าคือความตายก็มีได้กลัวต่อสิ่งนั้น

รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



# ปรารถนาสุดท้าย

พรพิมล เพ็ชรบุรี

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลปึกสำโรง  
จังหวัดสระบุรี

“

บรรยากาศในห้องสี่เหลี่ยมที่เปิดเครื่องปรับอากาศเย็นสบายเต็มไปด้วยความสนุกสนาน มีความเป็นกันเอง ทุกคนต่างพากันพูดคุย หัวเราะ ยิ้มสดใสจากการที่ได้มาพบกัน ในวันกิจกรรมผู้สูงอายุ ณ ศาลาอเนกประสงค์ริมแม่น้ำป่าสักอันฉ่ำเย็น ที่ไหลเรื่อยรินเลาะไปตามโขดหิน ด้วยเหตุว่าเป็นฤดูแล้ง น้ำแห้งจนแนวโขดหินใต้ท้องน้ำโผล่ขึ้นมาอวดรูปร่างสวยงามแตกต่างกันไป เช่นเดียวกับผู้สูงอายุจำนวนกว่าสามสิบกคนในห้องนี้ ทุกคนมีชีวิตที่มีทุกข์ มีสุข แตกต่างกัน บางคนมีปัญหาของชีวิตที่ถาโถมอย่างหนักหน่วง บางคนก็เพียงเป็นลมที่พัดผ่านไป จวบจนวันเวลาได้ล่วงเลยจนเข้าสู่วัยสูงอายุเช่นนี้ ชีวิตไม่สามารถย้อนกลับได้เช่นเดียวกับสายน้ำ

กิจกรรมผู้สูงอายุที่จะจัดขึ้นในแต่ละวัน ได้มีการวางแผนและเตรียมการล่วงหน้ามาทุกครั้ง แต่ครั้งนี้เกิดความรู้สึกไม่มั่นใจ และหวั่นไหวอยู่ในใจว่า ผลจะเป็นเช่นไรคอยรุมเร้าอยู่เป็นระยะ อย่างไรก็ตามฉันจะพยายามทำให้ดีที่สุด หลังจากการกล่าวทักทาย “สวัสดี” กันในกลุ่มผู้สูงอายุแล้ว ฉันเริ่มกล่าวทบทวนการนัดหมายกิจกรรมที่จะทำในวันนี้ “สำหรับกิจกรรมที่เราจะทำการ

ในวันนี้ คืออะไรจำได้กันไหมคะ ที่บอกไปครั้งที่แล้ว ก็ทำศิลปะบำบัดใจคะ ต่อจากนั้นเราจะไปทำกิจกรรมจิตอาสากันนะคะ” ฉันเริ่มให้โจทย์หลังจากที่แจกกระดาษเปล่า ดินสอ และดินสอสี ประจำแต่ละกลุ่ม “ ชีวิตของคนเรา เกิดมาแล้วก็ต้องตายกันทุกคน เป็นวัฏจักรปกติของมนุษย์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นธรรมดา ทีนี้สมมุตินะคะว่าเราเป็นอะไรสักอย่างที่เราไม่รู้ตัวล่วงหน้าว่าเรากำลังจะจากโลกนี้ไป คือกำลังจะเสียชีวิต ถือว่าโชคดีที่เราารู้ตัว เพราะส่วนใหญ่คนที่เสียชีวิตจะไม่รู้ตัว และไม่สามารถวางแผนอะไรก่อนจากโลกนี้ไป เอาล่ะคะสมมติว่าเราคือ คนโชคดี มีอะไรไหม ที่เรายังไม่ได้ทำ มีอะไรที่เรายังห่วง มีอะไรที่เรายังอยากจะบอกกล่าวกับใครสักคน ขอให้พวกเราวาดเป็นรูปลงบนกระดาษ แล้วก็ระบายสีตามที่ชอบใจนะคะ”

แนวคิดเรื่องกลุ่มบำบัดถูกนำมาใช้ในกิจกรรมผู้สูงอายุ และมักจะมีการเปลี่ยนอายุของความเป็นกลุ่มจิตบำบัดอยู่ด้วยเสมอ ตามความสามารถและความถนัดของพยาบาลเอง หลังจากวาดรูปเสร็จจะแบ่งเป็นกลุ่มย่อยและให้ผู้สูงอายุแต่ละคนได้นำเสนอรูปวาดของตนเอง และเมื่อเวียนมาถึงคนสำคัญที่เป็นเป้าหมายของฉัน คุณยายยกภาพวาดของคุณยายให้เพื่อนผู้สูงอายุในกลุ่มดู ด้วยความเจีบบกริบ ฉันเดินเข้าไปยื่นขีดเก้าอี้ที่คุณยายนั่งอยู่ “ฉันรู้ว่าหมอต้อต้องรู้ว่านี่คือใคร ได้ข่าวว่าเดินไม่ได้” คุณยายชี้มือไปที่รูปวาดแล้วก็เจีบบ เพื่อนในกลุ่มก็เจีบบตาม คุณยายที่ปกติเวลามาทำกิจกรรม จะเป็นคนที่ช่างพูด ช่างคุย “คุณยายคะ...หนูขอกอดยายนะคะ” ฉันใช้มือข้างที่ว่างโอบไหล่ยาย พร้อมกับเพื่อนในกลุ่มเอื้อมมือมาจับแขนและมือของคุณยายไว้ กติกาการเข้ากลุ่มของเราคือเวลาเข้ากลุ่มสมาชิกในกลุ่มจะต้องพูดทุกคน

“ไม่เป็นไรค่ะ เพื่อนทุกคนยอมให้คุณยายผิดกติกาค่ะ”

เมื่อเพื่อนทุกคนในห้องกิจกรรมนำเสนอภาพวาดจนครบ บรรยากาศมีทั้งเศร้า เคล้าน้ำตา และมีเฮฮาปะปนกันไป หลังจากพักเบรกกิจกรรมแรกก็มาถึงกิจกรรมต่อมา นั่นคือจิตอาสา “สำหรับกิจกรรมจิตอาสาในวันนี้กลุ่มเราทั้งหมดจะเดินไปเยี่ยมผู้สูงอายุที่เป็นผู้ป่วยระยะสุดท้ายกันนะคะ ซึ่งได้ขออนุญาตทางครอบครัวผู้ป่วยไว้ล่วงหน้าแล้ว” บ้านของผู้ป่วยอยู่ริมแม่น้ำป่าสัก ห่างจากห้องกิจกรรมประมาณ 200 เมตร ผู้สูงอายุที่มาร่วมกิจกรรมทุกคนยังเดินเหินได้สะดวก พวกกันเดินซึกแถวไปยังบ้านเป้าหมาย ฉันทันเดินอยู่ตอนหน้าของแถวในใจแอบลุ้นตลอดเวลาว่า คุณยาย จะเดินมากับเพื่อนในกลุ่มหรือไม่ จนฉันทันไม่กล้าหันหลังกลับไปมอง

ที่บ้านของคุณตาลมพัดโชยจากลำน้ำป่าสักเย็นสบาย โรคไตระยะสุดท้ายและมะเร็งระยะลุกลามกำลังจะพาคุณตาจากไปในไม่ช้านี้ ความต้องการที่เด็ดเดี่ยวและชัดเจนมาตลอดคือไม่ขอไปรักษาที่โรงพยาบาล ขอนอนอยู่ที่บ้านหลังนี้ บ้านที่เคยสุข บ้านที่เคยทุกข์ บ้านที่สร้างมากับมือบรรดาเพื่อนผู้สูงอายุพากันพูดคุยกัยทักทาย แสดงความห่วงใย และให้กำลังใจกัน

กิจกรรมผ่านไปแล้ว แต่ภาพวาดฝีมือของคุณยายยังฉายชัดอยู่ในห้วงความคิดของฉันทัน ภาพลายเส้นขยุกขยิกชายหญิงสองคนยืนจับมือกันที่ขาข้างหนึ่งของชายในภาพ ยายจงใจลากดินสอให้เป็นหยักๆ แอ้ที่จริงยายคอยฟังข่าวคราวจากคนในชุมชนว่าตาป่วย มีอาการอย่างไรบ้าง “ได้ข่าวว่าเดินไม่ได้แล้ว” ยายสะท่อนเรื่องราวผ่านภาพวาดนั้น ภาพวาด



ชายหญิงสองคนนี้ไม่ใช่ภาพแรกที่ย้ายวาด ฉันเคยเห็นภาพลักษณะนี้มาจากกิจกรรมในครั้งที่ผ่านๆ มา

ครอบครัวใหญ่มีลูกหลายคน พ่อกับแม่ที่ต่อสู้ความเหนื่อยยากลำบาก สร้างตัว สร้างฐานะในอาชีพเกษตรกรรม เลี้ยงลูกมาจนเติบโตใหญ่ แต่แล้วก็เหมือนสายฟ้าฟาดลงมากลางครอบครัว ความแตกแยก ความอยากได้ในทรัพย์สินสมบัติของพ่อแม่ ความขุ่นข้องหมองใจเข้ามาครอบคลุมนจิตใจของทุกคนในครอบครัว เมื่อสายเลือดต้องกลายเป็นสายน้ำ ตากับยายต้องแยกจากกัน พี่น้องแต่ละคนโกรธเคืองกันอย่างรุนแรง ความบาดหมางเกินจะเยียวยา

กิจกรรมศิลปะบำบัด กลุ่มบำบัด ทำให้ฉันค้นพบความรู้สึกที่ซ่อนไว้ในใจของหญิงชราคนหนึ่ง ในช่วงเวลาที่เป็นระยะสุดท้ายของชีวิตชายชรา มาถึงแล้ว หากว่าการจากไปของชายชราจะไปพร้อมกับความเข้าใจ การอภัย การโอบอุ้มกรรมแก่กัน หรือได้มีโอกาสที่กล่าวคำลาต่อกัน ย่อมเป็นการจากลาที่ดียิ่ง คุณยายผู้ชราเดินปะปนไปกับกลุ่มผู้สูงอายุ จับมือกับคุณตา ทั้งคู่สบตากัน มองหน้ากัน และกล่าวคำพูดต่อกัน นี่คือภาพที่ฉันและเพื่อนผู้สูงอายุเฝ้ามองด้วยใจยินดี แต่ทว่าความจริงมันเพียงภาพที่วาดขึ้นในใจของฉันเท่านั้น หาได้เป็นจริงไม่

ก่อนกลับจากบ้านคุณตา ก่อนที่กลุ่มผู้สูงอายุจะแยกย้ายกัน ลูกสาวของคุณตาวีงเข้ามาจับแขนฉัน “คุณหมอคะ ขอบคุณมาก ขอบคุณจริงๆ หนูรู้ค่ะว่ากิจกรรมผู้สูงอายุวันนี้ หมอจัดเพื่อครอบครัวของเรา หนูนั่งฟังที่หมอพูดตลอดในห้องนั้น ..หนูแอบเห็นแม่เดินมาถึงตรงมุมกำแพงนั้น

แล้วแม่ก็หันหลังกลับไป แต่สักวันหนึ่งแม่อาจจะมาค่ะ”

“เดี๋ยวจะมีทีม Palliative ทีมใหญ่ มีอาจารย์หลายท่านมาลงพื้นที่  
ที่อำเภอของเรา ที่ไหนมีรายยากๆ ที่อยากให้ทีมลงไปช่วยบอกได้เลยนะคะ”  
คำบอกกล่าวของหัวหน้าพยาบาลช่างเป็นข่าวที่แสนดี ฉันรีบบอกว่าขอทีม  
มาลงพื้นที่นี้ แต่แล้วในที่สุดวันที่ฉันมาส่งคุณตาเป็นครั้งสุดท้ายที่ฌาปนสถาน  
ก็มาถึงก่อนที่ทีมใดๆ จะลงมาช่วยดูแล วันนั้นไม่ปรากฏแม้เงาของใครบางคน  
“ปรารณาสุดท้าย” ก็ยังคงเป็นได้...แค่เพียงภาพวาดตลอดไป



รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561

# เหนือยไหม

นศ.พต.ณภัทสรณ์ นิสิตสุขเจริญ

วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ

โรงพยาบาลตำรวจ สำนักงานตำรวจแห่งชาติ

“

ในวันที่ท้อใจ อ่อนล้าและสับสนบนเส้นทางสีขาวแห่งนี้ หนูเป็นเด็กคนหนึ่งที่ไม่เคยคิดจะเรียนพยาบาลมาก่อนเลย แต่อาจเป็นเพราะความบังเอิญหรือโชคชะตา ที่ทำให้หนูได้มาศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษาที่ “คณะพยาบาลศาสตร์ วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ” แน่แน่นอนว่าการใช้ชีวิตในบทบาทนักศึกษาพยาบาลตำรวจสำหรับหนูไม่่ง่ายเลย มีบททดสอบต่างๆ ที่เข้ามาเผชิญ แต่เพราะความเป็นรุ่นๆ ของเพื่อนๆ ความห่วงใยจากพี่ที่มีให้น้อง และอาจารย์อบรมสั่งสอนและให้กำลังใจเสมอมา ทำให้หนูผ่านมาได้ แม้จะเรียนทฤษฎี วิชาต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการพยาบาล แต่หนูก็ยังไม่เข้าใจความหมายจริงๆ ของพยาบาล จนกระทั่งวันหนึ่ง

ณ โรงพยาบาลแห่งหนึ่ง ขณะนั้นหนูจำได้ดีว่า หนูได้ขึ้นฝึกปฏิบัติการบนหอผู้ป่วย คนไข้ที่หนูเป็นเจ้าของไข้ได้จำหน่ายออกจากโรงพยาบาลเพียง 2 วันจากที่หนูได้รับมอบหมาย หลังจากที่หนูจำหน่ายคนไข้เสร็จ หนูได้เดินกลับมาที่หอผู้ป่วย เพื่อดูว่ามีผู้ป่วยคนไหนต้องการความช่วยเหลืออีกบ้าง หนูค่อยๆ เดินจนสุดหอผู้ป่วยทางซ้ายมือ หนูพบคนไข้คนหนึ่ง

แตกต่างจากคนไข้อื่นๆ คนไข้เป็นหญิงชรา นอนเหม่อลอย แม้หนูจะเดินเข้าไปใกล้ๆ คนไข้ก็ไม่มีท่าทีสนใจ เมื่อมองเข้าไปในดวงตาคนไข้พบแต่ความว่างเปล่า เศร้าห้ำร้ายกว่านั้นชาวาคคนไข้ถูกตัด

หนูสังเกตเห็นว่าที่งานข้าวคนไข้ไม่มีการรับประทานเลย หนูจึงพูดว่า “คุณยายคะ ทานข้าวกันนะคะ เดี่ยวหนูป้อนให้เอง” ไม่มีปฏิกิริยาใดๆ ตอบสนองจากคนไข้ ด้วยความสงสัยหนูจึงเดินกลับไปเปิดแฟ้มผู้ป่วย พบว่าสาเหตุที่คนไข้มาโรงพยาบาลจากภาวะเบาหวานคุกคาม ส่งผลให้ถูกตัดขาขา ปัญหาคนไข้ คือ ไม่ยอมรับประทานอาหารเลย ดื่มน้ำปริมาณน้อย เสี่ยงต่อภาวะทุพโภชนาการ ขณะอ่านแฟ้มก็ได้ยินว่า คนไข้จะต้องได้รับการใส่สายให้อาหารทางจมูกเร็ววันนี้

ประโยชน์นั้นสะท้อนในใจ หนูสงสารคนไข้ เนื่องจากคุณยายอายุมาก การใส่สายให้อาหารจะทำให้เจ็บและไม่สุขสบาย หนูเกิดความตั้งใจว่าหนูจะช่วยให้คุณยายไม่ต้องใส่สายนั้น หนูจึงนำความตั้งใจนี้กลับไปที่เตียงคนไข้ หนูได้แนะนำตัวเองและบอกกับคุณยายว่า “หนูไม่รู้ว่าคุณยายมีเรื่องทุกข์ใจอะไร แต่คุณยายจะมีหนูคอยดูแลอยู่ข้างๆ คุณยายไม่ได้อยู่อย่างลำพังหรือโดดเดี่ยว” พร้อมทั้งกุมมือเบาๆ คุณยายค่อยๆ หันมามอง แล้วก็หันหน้ากลับไป

วันต่อมา การป้อนข้าวคุณยายไม่ง่ายเลย หนูต้องจัดที่นั่งให้คุณยายลุกจากเตียง คุณยายรับประทานได้น้อยมาก หนูพูดให้กำลังใจ ชวนพูดคุย พร้อมทั้งป้อนข้าวไปด้วย คุณยายยังคงมีแต่ความเจ็บ หนูจำได้ว่า คุณยายรับประทานได้เพียงสามคำเท่านั้น

หนูยังคงดูแลคุณยายป้อนข้าววันแล้ววันเล่า ที่ผ่านมากับคุณยาย

มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีขึ้นเรื่อยๆ มีวันหนึ่งหนูสังเกตเห็นว่า คุณยายเปื้อนหน้าหนีเมื่อ หนูเปิดขามข้าว ในนั้นเป็นข้าวต้มปลา หนูจึงถามคุณยาย มีคำถามมากมาย พรั่งพรูออกมา แต่คุณยายมีความเจียบเป็นคำตอบ จนมีคำถามว่า “คุณยาย ไม่ชอบทานเนื้อสัตว์หรือคะ” คุณยายพยักหน้า หนูจึงบอกว่าถ้าหนูสามารถ จัดข้าวต้มปลาให้คุณยายได้ หนูอยากให้คุณยายรับประทานให้เยอะกว่านี้ คุณยายพยักหน้าเป็นเชิงตอบรับ แต่ไม่พูดอะไร หนูจึงแจ้งพี่พยาบาลว่า วันพรุ่งนี้ขอเป็นข้าวต้มปลาให้คุณยาย เพราะคุณยายจะสามารถทานได้ เยอะขึ้น วันถัดมาเมื่อเปิดอาหารมาคุณยายเห็นเป็นโจ๊กปลา คุณยายลุกขึ้นมา นั่งด้วยตนเอง ซึ่งปกติแล้วหนูจะต้องเป็นคนจัดทำนั้งให้ วันนั้นคุณยาย รับประทานได้เกินครึ่ง จากที่รับประทานแต่ละมื้อไม่เกินหกคำ ทำให้หนูดีใจ และเกิดกำลังใจ

วันหนึ่งขณะรับเวรหนูเห็นญาติมาเยี่ยมคุณยายเป็นครั้งแรก หนูตั้งใจ จะเข้าไปพูดคุยกับญาติคุณยายเพื่ออยากทราบรายละเอียดเกี่ยวกับคุณยาย แต่ความตั้งใจหนูไม่เกิดผล เนื่องจากญาติคุณยายได้กลับไปก่อน หลังจาก รับเวรเสร็จหนูเดินไปหาคุณยายพบว่า คุณยายนอนมีน้ำตาคลอ หนูค่อยๆ ชับน้ำตาให้คุณยายพร้อมพูดกับคุณยาย “คุณยายคิดถึงบ้านใช่ไหมคะ หนูคิดถึงบ้านเหมือนกัน พรุ่งนี้คุณยายจะได้กลับบ้าน” คุณยายมองสบตาแล้ว นอนหลับ

วันสุดท้ายของการฝึกหัดผู้ป่วยนี้เป็นวันเดียวกับที่คุณยายได้กลับบ้าน หนูจำได้ไม่ลืมว่า ตอนบ่ายหลังจากอภิปรายเคสเสร็จ หนูเดินออกมาพบว่า มีญาติมารับคุณยาย หนูจึงเข้าไปแนะนำตัวและพูดคุยพบว่า เป็นลูกชายและ

ลูกสะใภ้ของคุณยาย ทั้งสองคนขอบคุณหนู คุณยายพูดขึ้นว่า “เหน้อยไหม” เป็นคำแรกที่คุณยายพูดกับหนูตั้งแต่ได้ดูแลคุณยายมา วินาทีนั้น หนูได้คำตอบว่าความหมายของวิชาชีพอพยาบาลคืออะไร หนูไปกุมมือคุณยายพร้อมสบตาความรู้สึกต่างๆ เกิดขึ้นมากมายในใจ หนูพูดอะไรไม่ถูก พูดเพียงว่า “ขอบคุณ” คุณยายพูดต่อว่า “เหน้อยไหมที่มาดูแลยายตลอด” พร้อมเล่าเรื่องราวต่างๆ ในชีวิตคุณยายจนกระทั่งล้มป่วย และสาเหตุที่คุณยายไม่รับประทานอาหารเช้า เมื่อฟังแล้วหนูเข้าใจคุณยาย หนู คุณยายและญาติคุณยายใช้เวลาพูดคุยกันเป็นเวลานาน เมื่อถึงเวลาสมควรคุณยายจึงกลับบ้าน หนูจำภาพวันนั้นได้ดี คุณยายและญาติให้ขนมปังสังขยาหนูหนึ่งกล่องและบอกว่า “ขอบคุณจริงๆ นะที่คอยดูแลยายมาตลอด ยายดีใจนะที่ได้เจอหนู” พร้อมรอยยิ้มของคุณยาย

หนูหลงหอดูผู้ป่วยด้วยความรู้สึกที่มีความสุข คุณยายคงไม่รู้ว่าคำว่า “เหน้อยไหม” ของคุณยายทำให้หนูค้นพบความสุขจากการได้มาเป็นนักศึกษาพยาบาลตำรวจ ความสุขจากการเป็นผู้ให้การดูแลผู้อื่น เป็นความสุขที่เงินซื้อไม่ได้ จากการได้ดูแลแบบองค์รวม (holistic care) โดยดูแลทั้งด้านร่างกาย การทำหัตถการต่างๆ การให้สารน้ำ การให้ยาตามแผนการรักษาของแพทย์ และด้านจิตใจ หากผู้ป่วยมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อแพทย์และพยาบาลแล้ว นอกจากจะช่วยให้การรักษาพยาบาลเป็นไปตามเป้าหมาย ยังมีส่วนช่วยให้ผู้ป่วยเกิดกำลังใจ เห็นคุณค่าการมีชีวิตอยู่ของตนเอง ทำให้เกิดพลังใจส่งผลให้ผู้ป่วยมีความสุข ซึ่งเป็นการบำบัดการเจ็บป่วยที่เปรียบเสมือนยาวิเศษที่ไม่มียาใดในโลกนี้สามารถทำได้

หนูไม่รู้ว่าจะอนาคตหนูจะต้องเจอกับอุปสรรคหรือปัญหาอะไรที่จะเกิดขึ้น แต่คำว่า “เหนียวไหม” ที่คุณยายพูดในวันนั้น จะเป็นพลังให้หนูสามารถผ่านอุปสรรคไปได้สู่จุดมุ่งหมายความสำเร็จที่หนูตั้งใจ





รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



# โรตีเพื่อนั้น

สุริมา พิษะพัฒน์

โรงพยาบาลสมเด็จพระบรมราชเทวี ณ ศรีราชา

“

เคยสงสัยเหมือนฉันไหมว่าจริงๆ แล้ว “คุณค่าของชีวิต” มันคืออะไร เราเกิดมาทำไม เรากำลังใช้ชีวิตแต่ละวันเพื่อเป้าหมายใด มันดูยากเหลือเกินกับการหาคำตอบของคำถามเหล่านี้ มันยากจนฉันต้องกลับมาถามตัวเองอีกครั้งว่า สุดท้ายแล้วทำไมเราต้องสร้างคุณค่าอะไรให้กับชีวิตด้วย ก็แค่ดำเนินชีวิตให้เป็นไปตามสิ่งที่ควรจะเป็น เรียนจบ ทำงาน สร้างครอบครัว ก็แค่นั้นเอง มันดูไม่น่าจะมีอะไรยากเลย

“คุณลุงง วันนี้เจอหนูอีกแล้วนะ เปื่อหนูรึยัง” คำพูดที่ฉันทักทายคนไข้คนหนึ่งที่นั่งนอนอยู่ในวอร์ด Palliative มาครบหนึ่งอาทิตย์แล้ว มองอย่างผิวเผิน แกก็ดูเป็นชายมีอายุที่พูดคุยโต้ตอบได้ ช่วยตัวเองได้ และเหมือนจะแข็งแรงดี ถ้าไม่คิดว่าแกมีอาการท้องบวมโต และหอบเหนื่อยในเวลาที่เราพูดคุยยาวเป็นชั่วโมง ไข้...แกเป็นคนไข้มะเร็งระยะสุดท้าย แต่นั่นก็ไม่ได้ทำให้แกดูห่อเหี่ยวอะไรเลย แกมแกยังเป็นคนแก่คนหนึ่งที่น่ารักมากๆ ด้วยละ แกชอบเล่าเรื่องสมัยอดีตให้แพทย์แผนไทยที่เข้าไปนัดให้แกฟัง ฉันเองนั้นแหละ แพทย์แผนไทยตัวน้อยๆ ในวงการ Palliative ที่เข้ามาทำงานนี้แบบจับปลัด

จับพลู มาแบบไม่รู้ประสีประสา แต่นานวันเข้าฉันก็พอจะคุ้นเคยและเรียนรู้ งานของวอร์ดนี้ได้บ้าง นอกจากฉันแล้วก็ยังมีนักดนตรีบำบัดอีกหนึ่งคนที่เข้าไปร่วมสร้างสีสันและเสียงหัวเราะให้กับแก แกเป็นคนแก่ที่ร้องเพลงเพราะ มากๆเลยนะ แกเล่าว่าสมัยก่อนแกก็ร้องเพลงจีบคุณป้า สุดท้ายคุณป้าเลย ใจอ่อนคบบกับแกจนอยู่กันยืนยาวมาทุกวันนี้ แม้กระทั่งตอนที่คุณป้ายังนั่งเฝ้า อยู่ข้างเตียงคุณลุงไม่ห่างไปไหนเลย

จากหนึ่งวันสู่หนึ่งสัปดาห์ที่ฉันและคุณลุงได้พบเจอกัน บรรยากาศ ก็คล้ายๆ เดิม ที่เพิ่มเข้ามาคงเป็นความคุ้นเคยและความสนิทสนมที่นาน วันเข้าก็ยิ่งเพิ่มพูนขึ้น ระยะเวลาเพียงไม่กี่วันมันทำให้ฉันรับรู้เรื่องราวต่างๆ มากมายทั้งสุขและทุกข์ ภายใต้เสียงหัวเราะและรอยยิ้มของคุณลุงกับคุณป้า มีเรื่องราวมากมายที่ซ่อนอยู่ในนั้น ฉันพบเจอกับความโชคร้าย ความสิ้นหวัง และความเหน็ดเหนื่อยมากมายที่ถ้าโถมอยู่ภายในใจ ฉันยังจดจำวันนั้นได้ดี วันที่คุณลุงน้ำตาไหลลงมาอาบแก้มทั้งสองข้าง มือที่ฉันกุมมือทั้งสองข้าง ของคุณลุงไว้ วันที่คุณป้าเดินออกมาส่งฉันที่หน้าห้องและสวมกอดพร้อมกับ น้ำตาที่ไหลเปื้อนหน้า พวกเขาขอบคุณฉันอย่างจริงใจสำหรับการดูแลและ ความใส่ใจในทุกๆ วัน ฉันเองก็เหมือนกัน ฉันก็ขอบคุณพวกเขา ขอบคุณ ที่ให้แพทย์แผนไทยคนนี้ได้เป็นพื้นที่แห่งความสบายใจของพวกเขา มันจึง ไม่แปลกเลยที่เราเริ่มสนิทสนมกันจนเหมือนลูกเหมือนหลาน

“คุณลุงง วันนี้ออกอีกแล้วนะ หนูมีน้ำผลไม้มาฝากคุณลุงด้วยล่ะ” คำทักทายในตอนเช้าที่เหมือนกับในทุกๆ วัน แต่วันนี้ฉันมีน้ำผลไม้ใส่ขวดมา ฝากพวกเขา ความสดใสและรอยยิ้มจากคนทั้งสองทำให้เช้าวันนี้สดใสกว่า

ที่เคย เราพูดคุยกันตามเรื่องราว พร้อมกับฉันที่บรรจงนวดตามแขนและขาให้กับคุณลุง และในบ่ายวันเดียวกันนั่นเอง ระหว่างที่ฉันซื้ออาหารกลางวันเรียบร้อยแล้ว ฉันได้กลิ่นหอมของโรตีสวยมาแต่ไกล แน่ใจว่าฉันนึกถึงคุณลุงกับคุณป้าทันที ระหว่างที่ฉันกำลังเดินเข้าไปที่ร้านโรตีที่อยู่ไม่ไกลจากฉันมากนัก อยู่ๆ ใจฉันก็เกิดคำถาม “นี่เรากำลังทำอะไร มันมากเกินไปหรือเปล่า เรากำลังเอาชีวิตและใจของเราไปผูกติดกับคนใช้อย่างนั้นหรือ วินาทีนั้นฉันเลือกที่จะหยุดเดินและยืนนิ่งอยู่ตรงนั้น ถ้าคุณลุงจากไปฉันจะร้องไห้ไหม ถ้าคุณป้าต้องกลับบ้านแล้วฉันจะเสียใจไหม ถ้าฉันเป็นเพียงคนที่ให้การดูแล ฉันมีสิทธิ์ที่จะเอาตัวเองไปอยู่ในพื้นที่ของเขาขนาดนี้ไหม คำถามมากมายที่วนไปวนมาอยู่ในหัวฉัน อยู่ๆฉันก็กลัว กลัวความรู้สึกในครั้งนี่ มันมีแต่คนบอกฉันว่าถ้าเลือกที่จะทำงานนี้แล้ว จงอย่าเอาใจไปผูกติดกับผู้ป่วยมากเกินไป แต่นี่ฉันกำลังจะทำแบบนั้น มันมีแต่ความสับสนและความลังเลเต็มไปหมด แต่สุดท้ายขาฉันก็บอกให้ฉันเดินไปตามความตั้งใจเดิม นั่นคือการเดินไปซื้อโรตีสลับไปฝากคุณลุงกับคุณป้าที่น่ารักของฉัน

วันรุ่งขึ้นฉันรีบเดินไปที่เวิร์ดเพื่อไปทักทายพวกเขาทั้งสองคน คุณป้าบอกฉัน “หนูนี่เก่งจริงๆ เลย รู้ตัวว่าลุงแก่ชอบโรตี เมื่อก่อนแกซื้อกินทุกวันเลยนะ เนี่ย ช่วงนี้แกบ่นเบื่ออาหาร แต่เมื่อวานป้าเอาโรตีส้อนๆให้ลุงกินแล้ว บอกว่าหอมซื้อมาให้ ลุงแกกินหมดเลยนะ สงสัยจะอร่อยน่าดู” พร้อมกับรอยยิ้มอันสดใสของคุณลุงที่นอนอยู่บนเตียงเช่นเคย

รู้ไหมว่าสุดท้ายแล้ว วันนั้นก็เป็วันสุดท้ายที่ฉันได้เจอกับพวกเขา วันเสาร์หมอเจ้าของไข้อนุญาตให้แกกลับบ้านได้ เราจึงไม่ทันได้บอกลากัน

อย่างเป็นทางการ แต่หลังจากนั้นอีกเดือนกว่าๆ ฉันก็ได้ยินข่าวจาก หมอเจ้าของไข้ว่าคุณลุงได้เสียชีวิตลงด้วยภาวะตับวาย ส่วนคุณป้าก็ยังอยู่ในภาวะเสียใจและรู้สึกผิดที่ไม่สามารถพาคุณลุงมาโรงพยาบาลได้ทัน ถ้ามว่าฉันเสียใจไหม มันแน่นอนอยู่แล้ว ทุกสิ่งที่เรียกว่าการจากลา มันต้องมีความเศร้าโศกเกิดขึ้นเป็นธรรมดา แต่ฉันก็ไม่ได้ฟูมฟายอะไร มันกลับเป็นความรู้สึกดีใจด้วยซ้ำที่ในวันนั้นฉันเลือกเดินกลับไปซื้อโรตี้ให้คุณลุง แค่ว่าในวันนั้นฉันทำเต็มที่แล้ว ฉันดูแลรักษาอาการปวดเมื่อยของคุณลุงอย่างตั้งใจ ฉันดูแลภาวะภายในจิตใจของเขาทั้งสองคนได้ในระดับหนึ่ง ฉันว่ามันไม่ได้มีอะไรที่มากไปเลย มันเป็นความสวยงามที่เกิดขึ้นในใจฉัน มันทำให้ช่วงนั้นฉันสุขเป็นพิเศษ สุขใจที่ได้ไปทำงาน

ฉันว่าฉันเจอแล้วแหละ “คุณค่าของชีวิตฉัน” คุณค่าในชีวิตที่มันเหมือนจะดูไม่จำเป็นอะไร แต่นั่นมันก็เป็นเหตุผลที่ทำให้ฉันอยากกลับมาทำงานในทุกๆ วัน มันทำให้ฉันรู้ว่าฉันยังต้องมีชีวิตอยู่ต่อไปเพื่อสร้างอะไรให้กับผู้คน ฉันว่าฉันหลงรักงาน Palliative เข้าแล้วละ





# รักไร้เสียง

พ.ต.ท.นพ.กฤติชาติ กำจรปรีชา

ภาควิชาอายุรศาสตร์ โรงพยาบาลตำรวจ

“

“Once cancer happens it changes the way you live for the rest of your life”

---Hayley Mills---

“พี่คะ พรุ้งนี่น้องจะหมั้น พี่สะดวกมาร่วมงานหมั้นของเราไหมคะ” เสียงปลายสายจากน้องสาวอันเป็นที่รักยิ่งของผม เสียงที่ดังขึ้นในยามวิกาล อย่างไม่ทันได้ตั้งตัว “ได้สิ พรุ้งนี่พบกันที่ไหน ก็โมงจ๊ะ” มันเป็นบทสนทนาสั้นๆที่อาจฟังดูแปลก ขวนให้สงสัย แต่สำหรับผมแล้วมันเป็นสิ่งที่เข้าใจได้ แม้เป็นเรื่องที่ไม่อยากจะทำให้เกิดขึ้นก็ตาม และไม่คิดว่ามันจะเกิดขึ้นกับครอบครัวของเรา

น้องสาวของผมเป็นจิตแพทย์และกำลังจะแต่งงานกับแฟนหนุ่มซึ่งเป็นจิตแพทย์เช่นกัน โดยทั้งคู่มีกำหนดการหมั้นหมายและแต่งงานในปลายปีนี้ การเตรียมงานเป็นไปอย่างราบรื่น ทั้งสองคนมีความสุขที่ได้วางแผนชีวิตร่วมกัน แต่เมื่อต้นปีที่ผ่านมามีทั้งสองได้ทราบข่าวว่าแม่ของว่าที่เจ้าบ่าวนั้น เป็นมะเร็งระยะสุดท้าย ซึ่งเป็นเรื่องที่ไม่มีใครเตรียมใจล่วงหน้า ทางครอบครัว



ว่าที่เจ้าบ่าว ตัดสินใจให้แม่เข้ารับการรักษาดำเนินการตามคำแนะนำของแพทย์ ซึ่งแม่อีกก็เต็มใจเข้ารับการรักษากัน เป็นระยะเวลาหลายเดือนที่แม่เข้าออกโรงพยาบาลเพื่อรับการรักษานั้น เราได้เห็นชีวิตของคนเป็นแม่ที่มีความเข้มแข็ง อดทนเพื่อลูกที่เขารัก และทำให้เราได้เรียนรู้เช่นกันว่าการถนอมเวลาที่เหลืออยู่นั้น ไม่ใช่เรื่องง่ายที่จะปรับตัวและปรับสภาพจิตใจให้เป็นปกติเพื่อคนที่เรารักเช่นกัน

เช้าวันรุ่งขึ้น ครอบครัวของเราทั้งสองครอบครัวได้นัดพบกันที่โรงพยาบาล โดยมีกำหนดการงานหมั้นที่จัดขึ้นอย่างเรียบง่ายภายในห้องผู้ป่วย มีเพียงสองครอบครัวที่อยู่ในพิธีการสำคัญของที่บ่าวสาวคู่นี้ ครอบครัวของผมหาดเดินไปยังห้องผู้ป่วยพร้อมด้วยเครื่องหมั้นหมายตามประเพณี ซึ่งทางฝ่ายว่าที่เจ้าบ่าวได้เตรียมรอรับอยู่ที่ห้องผู้ป่วย ครั้นเมื่อผมได้ก้าวผ่านประตูและเข้าไปยังห้องผู้ป่วยนั้น สิ่งที่ผมได้พบเห็นมันคือภาพของครอบครัวที่อยู่พร้อมหน้าพร้อมตาในวันสำคัญ ในวันที่ไม่มีใครรู้สึกว่าเป็น “คนป่วย” แม่เป็น “ผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย” แม่คือ “คนที่ความตายได้กล้ำกรายเข้ามาสู่ชีวิต” สัมผัสได้เพียงว่า วันนี้แม่เป็น “แม่” ของลูกทั้งสองคน และมันจะเป็นวันที่แม่มีความสุขที่สุดของชีวิต เป็นวันที่แม่ได้เติมเต็มคำปรารถนาสุดท้ายที่ว่า “จะอยู่ให้ถึงวันงานของลูก”

ว่าที่เจ้าบ่าวและว่าที่เจ้าสาวเดินไปยังข้างเตียง มีोन้อยๆ ของลูกประทับลงบนมือและใบหน้าของแม่อย่างอ่อนโยน เพื่อปลุกให้แม่ตื่นลืมตาขึ้นมารับรู้ถึงการมาของทั้งสองครอบครัว แม่ยิ้มและลืมตาแทนคำทักทายว่า “มากันแล้วหรือลูก” สายตาของแม่กวาดมองไปรอบๆเตียง และในแววดตาของแม่นั้น แสดงถึงการรับรู้และร่วมแสดงความยินดีกับพวกเราทุกคนที่มาร่วมงานกัน

ว่าที่เจ้าบ่าวบรรจงเซ็ดหน้าเซ็ดตาแม่ ป้อนน้ำให้แม่เพื่อดับกระหาย กระชิบที่ข้างหูเพื่อปลงถ้อยคำที่มีเพียงเราสองคนแม่-ลูกเท่านั้นที่รู้ แม่ได้แต่ยิ้มอย่างมีความสุข ลูกน้อยที่แม่รัก ลูกน้อยที่แม่เฝ้าเลี้ยงเจ้ายามเจ้ายังเล็ก ลูกน้อยที่แม่ป้อนข้าวป้อนน้ำทีละคำๆ ลูกน้อยที่แม่คอยเซ็ดตัวป้อนยารยามเจ้าเจ็บป่วย ลูกน้อยที่แม่โอบอุ้มปกป้องด้วยความรัก ลูกน้อยที่เป็นยิ่งกว่าแก้วตาดวงใจของแม่ ลูกน้อยที่แม่คอยเฝ้าดูเจ้าเติบโตด้วยความภาคภูมิใจ และคงไม่มีความสุขใดยิ่งใหญ่ไปกว่าคนเป็นแม่ได้เห็นลูกน้อยอันเป็นที่รักกำลังจะสร้างครอบครัว แม่ในวันนี้เป็นวันที่แม่ไม่มีแรงแม่แต่จะพูด ไม่มีแรงที่จะกล่าวคำอวยพรแก่ลูกทั้งสอง และต่อจากนี้ไป เมื่อสิ้นแม่แล้ว แม่อยากให้ลูกรู้ว่าแม่มีความสุขที่ความปรารถนาสุดท้ายของแม่นั้นสำเร็จ แม่แม่จะไม่มีโอกาสอยู่เพื่อเฝ้าดูลูกทั้งสองต่อไปก็ตาม แม่ก็ขออวยพรให้ลูกทั้งสองประสบแต่ความสุขความเจริญ เมื่อวันนั้นของแม่มาถึง แม่จะคอยเฝ้าดูเจ้าทั้งสองอยู่บนฟ้า “เราจะจากกันเฉพาะตอนตื่น” เราจะอยู่ในใจของกันและกันตลอดไป

ความรักและความปรารถนาดีของแม่นั้น ส่งผ่านมาถึงพวกเราผ่านรอยยิ้ม ผ่านน้ำตาแห่งความสุขและความยินดี และดูเหมือนความเจ็บปวด ความทุกข์ทรมานทางกายที่แม่ได้รับนั้น มีอาจทำอะไรแม่ได้เลย ภาพที่น่าประทับใจกลับไม่ใช่ภาพที่คู่บ่าวสาวผลัดกันสวมแหวนให้แก่กันและกัน แต่กลับกลายเป็นภาพสองมือของลูกน้อยประคองแม่เพื่อป้อนยา สองมือของลูกน้อยที่กุมมือแม่ไว้แน่นไม่ห่าง สองมือของลูกน้อยที่ปรนนิบัติแม่เหมือนครั้งที่แม่เคยดูแลเมื่อยังเล็ก ภาพความผูกพันในอดีตของแม่-ลูกคู่นี้ ผุดขึ้นมาในความคิดและในความรู้สึกของพวกเราทุกคนอย่างชัดเจน

งานหมั้นในวันนั้น เป็นงานหมั้นที่ไม่มีพิธีกร เป็นงานหมั้นที่ไม่มีพิธีการ หรือสคริปต์บทพูด เป็นงานหมั้นที่ไม่มีแขกหรือเข้าร่วมงาน เป็นงานหมั้นที่ใช้หน้าตาแห่งความยินดีแทนคำอวยพร เป็นการสวมแหวนที่ไม่มีเสียงปรบมือ เป็นงานหมั้นที่ไร้เสียงโดยแท้จริง แต่ตรงกันข้ามนั้น เสียงที่ดังชัดเจนและก้องกังวาลกลับอยู่ภายในหัวใจของเราทุกคน มันดังก็ก้องไปด้วยความสุขและความยินดี ความสุขที่ได้ทำตามคำปรารถนาสุดท้าย ความสุขที่ได้เห็นผู้อื่นมีความสุข แม้ว่าการเกิด แก่ เจ็บ ตายนั้น เป็นเรื่องธรรมดาที่จริง แต่การจากไปอย่างมีคุณค่าและสมศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์นั้นมีความสำคัญยิ่งกว่า การรักษาจิตวิญญาณไว้ได้นั้น มีค่าไม่ด้อยไปกว่าการรักษาโรคทางกายให้หายขาด ดังนั้นการดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองหรือบริบาลบรรเทา จึงเป็นสิ่งที่ทุกคนปรารถนา อีกทั้งยังเป็นเครื่องชี้นำให้เราได้พบกับแง่มุมที่สวยงามของชีวิตที่ซ่อนอยู่ เรียนรู้จากความธรรมดาของวัฏสงสาร เรียนรู้เพื่อเข้าใจในความหมายและคุณค่าของการมีชีวิต เรียนรู้และเข้าใจความรักอันบริสุทธิ์ เพื่อให้พวกเราดำรงถึงเกียรติภูมิแห่งวิชาชีพ และตระหนักถึงความไว้วางใจของคนไข้และญาติที่ฝากชีวิต ฝากความหวังไว้กับพวกเรา นำพาเราเข้าถึงความหมายอันลึกซึ้งที่องค์สมเด็จพระมหิตลาธิเบศร อดุลยเดชวิกรม พระบรมราชชนก พระราชบิดา ที่พระองค์ทรงได้พระราชทานให้กับพวกเราไว้ว่า “ฉันไม่ต้องการให้เธอเป็นเพียงหมอมเท่านั้น แต่ต้องการให้เธอเป็นคนดีด้วย”





# จากรูปภาพใบหนึ่ง

ชุนุตพร รัตนมงคล

ศูนย์นันทสรีรรักษ์ โรงพยาบาลเจริญกรุงประชารักษ์

“

บางครั้งความคิดความรู้สึกของคนเราก็สามารถเปลี่ยนแปลงได้ง่ายดาย  
อย่างคาดไม่ถึง เพียงเพราะสิ่งกระตุ้นเล็กๆ ที่สร้างคุณค่าทางความรู้สึก  
ได้มากมาย

ในช่วงเวลาที่ยังเยาว์วัย ข้าพเจ้ามีความคุ้นเคยกับโรงพยาบาลเป็น  
อย่างยิ่ง ในฐานะหลานสาวของพยาบาล และใช้บริการในโรงพยาบาลจน  
คุ้นเคย ทำให้ “พยาบาล” เป็นอาชีพที่ใฝ่ฝัน ได้สวมใส่ชุดขาวกับรองเท้า  
ส้นสูง สะอาดตา และดูสง่างามเหลือเกิน แต่เมื่อเติบโต เรียนรู้ประสบการณ์  
มากขึ้น ความรู้สึกกลับเปลี่ยนไป ไม่อยากเป็นพยาบาลอีกแล้ว แต่เพราะพรหมลิขิต  
หรือชะตากำหนดไม่ทราบได้ ข้าพเจ้าสามารถสอบ Entrance ติดคณะที่ชอบ  
แต่เป็นต่างจังหวัด จึงถูกคุณพ่อยับยั้งด้วยความรักและห่วงใยลูกสาว ให้สมัคร  
สอบเข้าเรียนในมหาวิทยาลัยในกรุงเทพฯ และที่นั่นก็คือ วิทยาลัยพยาบาล  
เกื้อการุณย์ ซึ่งข้าพเจ้ามิได้ยินดีต่อการเรียนวิชาชีพนี้อีกแล้ว แต่ก็ตามใจ  
ครอบครัวจึงเรียนจนจบ และเริ่มปฏิบัติงานพยาบาลวิชาชีพ ในโรงพยาบาล  
เจริญกรุงประชารักษ์ ซึ่งวิ่งเล่นและคุ้นเคยตั้งแต่เด็ก จากวันแรก เป็นปีและ

หลายปีผ่านไป ความคุ้นเคยกับความฝันในวัยเด็กจึงกลับมาอีกครั้งและเพิ่มขึ้นๆ ในทุกวันที่ทำงาน

ช่วงเวลาที่ผ่านไป ข้าพเจ้าได้ใช้โอกาสพัฒนาตนเองเพื่อเพิ่มสมรรถนะตนเองอย่างต่อเนื่อง จนจบการศึกษาในระดับมหาบัณฑิต สามารถดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองและผู้ป่วยระยะสุดท้าย (Palliative Care) ได้ ซึ่งก็คิดอีกว่าช่างไม่เหมาะสมกับตัวเองเสียเลยแต่เมื่อจบแล้วก็ต้องปฏิบัติหน้าที่ให้หน่วยงานการดูแลผู้ป่วยระยะท้ายมุ่งเน้นการตอบสนองความต้องการที่แท้จริงของผู้ป่วยและครอบครัว การลดและบรรเทาความทุกข์ทรมานจากความเจ็บปวดให้กำลังใจต่อสู้กับช่วงเวลาที่เหลืออยู่อย่างมีความสุข จนลมหายใจสุดท้ายสิ้นสุดอย่างสงบโดยมิได้ทิ้งความทุกข์ใจไว้กับบุคคลที่อยู่เบื้องหลัง นับเป็นภารกิจที่น่าศรัทธา ในความคิดของข้าพเจ้า แต่แล้วเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิดก็เกิดขึ้นกับการทำหน้าที่นี้ ข้าพเจ้าใช้การสื่อสารที่ผิดพลาด สร้างความเข้าใจผิดต่อผู้ป่วยและญาติ อาการผู้ป่วยทรุดลง จิตใจท้อแท้กว่าเดิม ข้าพเจ้าผิดหวัง และรู้สึกล้มเหลวต่อบทบาทที่ได้รับอย่างมาก

ความท้อแท้เริ่มเกาะกินใจ ความเชื่อมั่นจากการเรียนรู้มากมายลดลง แต่การเป็นพยาบาลมิได้จบลงง่ายๆ ยังคงต้องเดินต่อไป จนวันหนึ่ง ได้ดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะท้ายอีกราย ซึ่งเป็นครอบครัวที่มีความรักความผูกพันอย่างแนบแน่น ได้รับความรู้ความเข้าใจต่อการดูแลแบบประคับประคองและยอมรับการเสียชีวิตอย่างสงบตามธรรมชาติ เมื่อผู้ป่วยเข้าสู่ระยะท้ายมีอาการสับสน หายใจเร็วเหนื่อย บ่อยขึ้น บุตรสาวจึงเกิดความกังวล และร้องไห้ตลอดเวลา พร้อมบอกกับข้าพเจ้าว่า “หนูยังไม่ทำอะไรให้พ่อภูมิใจเลย”

และอื่นๆ อีกมากมาย ซึ่งข้าพเจ้าไม่กล้าคิดคำพูดหรือแสดงความคิดเห็นใดๆ มากกว่าการปลอบใจสั้นๆ เท่านั้น ด้วยความกลัวความผิดพลาด เช่นครั้งที่แล้วกลับมาอีก จึงเป็นผู้ฟังที่ดีมากกว่า ทำให้เก็บข้อมูลที่น้องพูดได้มาก และทราบว่า น้องเรียนจบมหาวิทยาลัย แล้วกำลังรอรับปริญญา ในอีก 6 เดือนข้างหน้า ซึ่งเป็นสิ่งที่พ่อรอมาตลอด แต่ในวันนี้ พ่อกำลังจะจากไปทั้งที่ความหวังนั้นยังมิได้มาถึง ทำให้ผู้ป่วยยังคงค้างคาใจ ยังคงกังวลกับความหวังที่มีได้ตอบสนอง เป็นความทุกข์ที่ทำให้ผู้ป่วยไม่สามารถหลับตาอย่างสงบได้ เป็นความทุกข์ของบุตรสาว และครอบครัวที่เห็นผู้ป่วยยังมีความทรمانกับสิ่งสุดท้ายของชีวิต จิตวิญญาณของพยาบาลกลับเข้ามาในตัวข้าพเจ้าอีกครั้ง ทำหน้าที่ Palliative Care Nurse อย่างเต็มที่ กลับมาประเมินผู้ป่วยซึ่งครอบคลุมทั้งสภาพร่างกาย จิตใจ ความรู้สึก จิตวิญญาณ ความต้องการสุดท้าย ผู้ป่วยสามารถบอกได้ว่า “หากมีโอกาสและเวลามากกว่านี้ก็อยากไปงานรับปริญญาของลูกสาว ถ่ายรูปและติดไว้บนฝาผนัง ได้ดูแลปลื้มใจ”

แม้เวลาจะเหลือน้อย แต่ยังสามารถสร้างความสุขให้ผู้ป่วยได้ ข้าพเจ้าแนะนำลูกสาวเข้าชุดครุยรับปริญญา และยืมใบปริญญารุ่นพี่ มาถ่ายรูปกับพ่อที่โรงพยาบาลและบอกพ่อว่า มหาวิทยาลัยเลื่อนการรับปริญญาเร็วขึ้น จึงมาถ่ายรูปกับพ่อก่อน และเราก็ได้รับรอยยิ้ม และความสุขของผู้ป่วยในวันนั้นตลอดทั้งวัน ไม่มีการขอยาแก้ปวดเลย ทำให้ทุกคนประหลาดใจและมีความสุขกับครอบครัวนี้ไปด้วย และ 2 วันต่อมาผู้ป่วยก็จากทุกคนไปอย่างสงบพร้อมกับความสุขครั้งสุดท้าย กับรูปใบสุดท้าย “งานรับปริญญาของลูกสาว” “ขอบคุณมากเลยค่ะพี่ อย่างน้อย หนูก็ได้ทำให้พ่อภูมิใจทันเวลา” ลูกสาว



ผู้ป่วยเข้ามาจับแขนข้าพเจ้าและกล่าวขอบคุณอย่างจริงใจ

ข้าพเจ้าเข้าใจและรู้ซึ่งถึงบทบาทอันสำคัญของการเป็น “Palliative Care Nurse” ที่ดีแล้วในวันนั้น “การเป็นผู้ฟังที่ดี และเข้าใจผู้อื่น เข้าใจความต้องการ และคุณค่าของการมีโอกาสด ช่วยเหลือให้ความหวังเป็นจริง แม้เพียงเล็กน้อย ก็จะทำให้เกิดความรู้สึกสุขเกินคำบรรยายใดๆ” นี่คือเรื่องหนึ่งและส่วนหนึ่งที่ทำให้ผู้หญิงในชุดขาวคนนี้ ภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าของตัวเอง คุณค่าของความเป็น “พยาบาล”







# จดหมายถึงยาย

นางลักษณ์ สรรสม

งานพยาบาลผู้ป่วยพิเศษ

ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช

“

การดูแลผู้ป่วยระดับประคองที่เจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังรักษาไม่หาย ที่มีอาการคุกคามของโรคต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลสลับกับการดูแลผู้ป่วยที่บ้านโดยผู้ดูแลในครอบครัว สิ่งสำคัญที่แพทย์และพยาบาลต้องไม่ลืม นอกจากการดูแลที่ตัวผู้ป่วยแล้ว นั่นคือ การดูแลผู้ดูแลผู้ป่วยว่ากำลังเผชิญกับ ปัญหาใดบ้าง ทั้งปัญหาสุขภาพกาย-ใจของผู้ดูแล การเงิน สัมพันธภาพ ในครอบครัวระหว่างที่ดูแลผู้ป่วยควบคู่กันไป

ดิฉันในฐานะที่เป็นพยาบาลและขณะเดียวกันก็เคยดูแลผู้ป่วยเรื้อรัง ในครอบครัวที่ประสบปัญหาดังที่กล่าวมา ทำให้เข้าใจสิ่งเหล่านี้จากประสบการณ์ ของตนเอง และวิเคราะห์ปัญหาได้จากการที่ได้เคยเขียนจดหมาย เพื่อระบาย ความรู้สึกในใจของตนเองหลังจากกายเสียชีวิตไปแล้วเป็นเวลา 6 เดือน ในโอกาสนี้จึงขอแนะนำจดหมายที่เคยเขียนถึงคุณยาย มาเล่าเพื่อแบ่งปัน ประสบการณ์ให้ผู้อื่นได้ทราบถึงปัญหาของผู้ดูแลในระหว่างที่ดูแลผู้ป่วย และ ความรู้สึกภายหลังการสูญเสีย

26 กุมภาพันธ์ 2556 เวลา 22.00 น. กราบเท้าชายฟ้าของหนู ณ เวลานั้น

ที่หนูได้เขียนจดหมายถึงยาย ยายได้จากหนูไปแล้วเป็นเวลา 6 เดือน 7 วัน หนูรู้ว่าถ้ายายรู้ว่าหนูเขียนจดหมายถึงยาย ยายคงบอกว่า "ยายอ่านไม่ออกหรอกลูก เพราะยายไม่ได้เรียนหนังสือ" แต่สิ่งที่หนูรับรู้ตลอดแม้ยายอ่านหนังสือไม่ออก คือยายเป็นผู้หญิงที่เก่ง เลี้ยงลูกให้เป็นคนดีได้ถึง 9 คน แม่บอกยายดีมาก แต่สำหรับหนู ยายคือคนที่ใจดี รักและห่วงหนูกับน้องเสมอ โดยเฉพาะในยามเจ็บป่วย หนูตั้งปณิธานในใจว่าโตขึ้นหนูจะดูแลยายเอง และสิ่งนั้นก็เป็จริงเมื่อหนูเรียนจบพยาบาล หนูอยากบอกว่ายายคือผู้ที่อยู่ในช่วงชีวิตของหนูทั้งในเวลาที่ดีที่สุดและทุกซอกซี้ด คนที่คอยรับฟังและปลอบใจหนู คือยายนะ หนูภูมิใจที่ได้ทำตามที่เคยบอกยายไว้ว่า "ถ้าโตขึ้นหนูจะเลี้ยงยายเอง" สิ่งหนึ่งที่หนูอยากบอกยาย คือ ช่วงที่ยายป่วยบ่อย กินข้าวได้น้อยไม่ค่อยมีแรงต้องไปหาหมอบ่อยครั้ง ทุกครั้งที่ไปหาหมอกับยายหนูรู้ว่ายายจะสบายใจเสมอที่มีหนูอยู่ด้วย ระยะเวลาหลังๆ ที่ยายป่วยบ่อย กินได้น้อยจนเกลือแร่ในร่างกายต่ำ เดินได้น้อยลง ผู้ที่ดูแลยายตลอดเวลา คือ แม่ เพราะช่วงนั้นหนูทำงานหนักมาก

เดือนเมษายน ยายมีปัญหาปอดอักเสบต้องใส่ท่อช่วยหายใจและนอน ICU หนูไม่รู้ว่าการป่วยครั้งนี้ยายจะหายกลับไปเป็นปกติและกลับไปอยู่บ้านกับหนูได้อีกไหม รู้แต่ว่ายายคงกลัวการอยู่คนเดียวในห้อง ICU. เมื่อหมดเวลาเยี่ยมและพวกเราต้องกลับ ยายมักหน้านิ่งและชี้ท่อช่วยหายใจในปาก หนูได้แต่เพียงบอกว่ารอให้ยายอาการดีขึ้นหมอมจะเอาท่อออกให้ และให้ยายนึกถึงพระ ก่อนนอนให้ภาวนา "พุท-โธ" ยายพยักหน้ารับเสมอ แต่ในใจอยากบอกว่า หนูกังวลว่าจะเป็นอย่างไรต่อ ยายจะถูกเจาะคอไหม หนูต้องทำให้

เหตุการณ์ต่างๆ ปกติเพื่อเป็นกำลังใจให้แม่และยาย โชคดีที่อาการเจ็บป่วยครั้งนี้ของยายสามารถเอาท้อช่วยหายใจออกและกลับบ้านได้

หลังจากที่ยายกลับมาอยู่บ้าน ยายเริ่มมีอาการสับสนและเป็นมากขึ้นเรื่อยๆ โดยมีแม่เป็นผู้ดูแลยายตลอด 24 ชั่วโมงเพียงคนเดียว แม่ดูซบเซาและโทมมมาก หนูอยากบอกว่าความรู้สึกของหนูตอนนั้นหนูสงสารแม่ที่เหนื่อยจากการดูแลยาย สงสารยายที่บางครั้งก็สับสนจนพูดไม่ค่อยรู้เรื่อง ช่วงนั้นภาระค่าใช้จ่ายที่เกี่ยวกับยายหนูรับผิดชอบทั้งหมด อยากบอกหนูเต็มใจที่สุด หนูพยายามทำงานพิเศษหาเงินและแลกเวรเพื่อมาดูแลยายให้แม่ได้พักจากสิ่งเหล่านี้บางครั้งหนูเครียดจนร้องไห้คนเดียว ทุกคืนที่ยายสับสนเรียกหาแม่ จนต้องให้ยายกินยาเพื่อพักผ่อนได้ ช่วงนั้นหนูเกิดความสับสนในใจอย่างบอกไม่ถูกบางครั้งหงุดหงิดยายและสงสารแม่มาก แต่ความตั้งใจในการดูแลและจะทำหน้าที่ดูแลยายให้ดีที่สุดไม่ได้ลดลง


วันที่ 15 สิงหาคม 2555 ยายป่วยหนักเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล และได้รับการใส่ท่อช่วยหายใจอีก อาการของยายแยลงเรื่อยๆ จนกระทั่งเวลาตีหนึ่ง ของวันที่ 19 สิงหาคม 2555 หนูได้รับโทรศัพท์จากน้าว่ายายเสียชีวิตอย่างสงบ หลังจากนั้นหนูงงและนอนไม่หลับเลย หนูกลางานมางานศพของยายตลอดงานทำบุญ แม่คือคนที่แอบร้องไห้เสมอ ทำให้หนูต้องเข้มแข็งไม่ร้องไห้จนเสร็จสิ้นงานศพ แต่หลังจากนั้นหนูรู้สึกเหงาอย่างบอกไม่ถูก จนกระทั่งวันหนึ่งหนูได้มีโอกาสอ่านหนังสือ “อาการสับสนในผู้ป่วยระยะท้าย” หนูน้าตาไหลออกมาเสียใจอย่างบอกไม่ถูก หนูอยากบอกยายว่า หนูขอโทษที่ตอนนั้นหนูไม่เข้าใจและเคยหงุดหงิดยาย อยากบอกว่าที่ผ่านมาหนูได้เรียนรู้และเข้าใจ

ปัญหาการดูแลผู้ป่วยจากการที่หนูได้มีโอกาสดูแลยาย หนูดีใจที่ได้เกิดเป็นหลานยายและภูมิใจที่ได้ทำตามที่เคยบอกกับยายไว้เมื่อตอนเป็นเด็กว่า “โตขึ้นหนูจะเลี้ยงยายเอง” และหนูก็ได้ทำแบบนั้นจริงๆ สิ่งที่หนูหวังคือยายจะเข้าใจและให้อภัยกับหลานคนนี้อาจทำผิดพลาดไปในขณะที่ดูแลยาย อยากบอกว่าบางครั้งที่ยายรู้สติแล้วถามว่า “หนุยังรักยายอยู่ไหม” หนูตอบว่า “หนุรักยายเสมอและยายยังอยู่ในความทรงจำจนถึงวันนี้”

หนูขอนำจดหมายที่เขียนระบายความรู้สึกที่มีตลอดการดูแลยาย แบ่งปันเป็นประสบการณ์ปัญหาที่ทุกคนรอบรั้วที่ดูแลผู้ป่วยอาจมี ทั้งเรื่องการขาดความรู้และเข้าใจในการดูแลผู้ป่วย ภาวะเครียด ความเหนื่อยล้า ปัญหาเศรษฐกิจและอื่นๆ ที่อาจต้องเจอ ปัญหาเหล่านี้หากเกิดในครอบครัวใด ขอให้พูดคุยเพื่อระบายความเครียด แบ่งปันและช่วยเหลือกัน ทำให้บรรยากาศในการดูแลผู้ป่วยเป็นไปในทางที่ดี เก็บเป็นความทรงจำที่ดีก่อนการจากกันของผู้ป่วยและคนในครอบครัว หนูจึงขอ นำเรื่องราวนี้มาเผยแพร่เพื่อเป็นวิทยาทานและเป็นบุญกุศลให้แก่ยาย “หนุรักยายนะ”







ความทรงจำ  
ครั้งสุดท้าย

นศ.พต.เมธนิยา เรือนทิพย์

วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ

โรงพยาบาลตำรวจ สำนักงานตำรวจแห่งชาติ

“

ใครหลายๆ คนบนโลกใบนี้ต่างคนก็ต่างมีความทรงจำแตกต่างกันไป ไม่ว่าจะดีหรือร้าย ก็อยู่ที่เราว่าจะเลือกเก็บไว้หรือปล่อยให้หายไปตามกาลเวลา สำหรับฉันสิ่งที่เคยเกิดขึ้นในชีวิตครั้งนี้คงจะเป็นความทรงจำที่ไม่มีวันลืมได้เลย

เมื่อย้อนเวลากลับไปในวัยเด็กของฉัน คุณยายจะชอบเล่านิทานให้ฉันฟังทุกคืนและหลับไปในอ้อมกอดของยายในทุกครั้ง ทำให้ฉันรู้สึกปลอดภัยและอบอุ่นเป็นอย่างมาก ยายของฉันมีโรคประจำตัวมาหลายปีตั้งแต่ฉันยังไม่เกิดคือ โรคความดันโลหิตสูง ฉันเห็นยายมีร่างกายแข็งแรงมาโดยตลอด เพิ่งรู้ว่ายายเป็นโรคความดันโลหิตสูงเมื่อเรียนชั้นประถมศึกษา ช่วงเวลานั้นฉันก็ไม่ได้คิดอะไร ฉันเห็นพ่อกับแม่คอยดูแลยาย พายายไปหาหมอที่โรงพยาบาลใกล้บ้านตามที่หมอนัด เวลายายรับประทานยา ฉันก็ชอบมานั่งกับยายด้วย ฉันจะคอยเอาน้ำให้ยายดื่มหลังรับประทานยาเสร็จ และเรียกแทนตัวเองว่าเป็นพยาบาลผู้ใจดี ประหนึ่งว่ากำลังดูแลคนไข้อยู่นั่นเอง ยายก็จะยิ้มตามและบอกกับฉันว่า “ให้ตั้งใจเรียน โตขึ้นจะได้เรียนเป็นพยาบาล มาดูแลยาย” และยายก็ยิ้มให้ฉัน แววตาของยายที่มองฉันเหมือนเต็มไปด้วยความคาดหวัง

ฉันชอบเวลาที่เห็นรอยยิ้มของยาย มันทำให้รู้สึกมีความสุขทุกครั้ง อะไรที่สามารถทำให้ยายยิ้มและมีความสุข ฉันก็เต็มใจที่จะทำ แม้สิ่งที่ฉันทำให้ยายจะเป็นเพียงสิ่งเล็กๆ น้อยๆ

เวลาต่อมายายของฉันก็เริ่มป่วยบ่อย เหนื่อยง่าย ร่างกายไม่แข็งแรง เหมือนแต่ก่อน แต่ยายก็ยังช่วยเหลือตนเองได้อยู่ พ่อกับแม่พายายไปหาหมอ เข้าออกโรงพยาบาลบ่อยมาก ฉันเริ่มรู้สึกไม่ดีเป็นห่วงยายเหลือเกิน ยายชอบบอกกับฉันว่ายายไม่เป็นอะไรมาก ยายแค่เหนื่อยเฉยๆ ไม่ต้องเป็นห่วง ยายแก่แล้วก็เลยเป็นแบบนี้ ให้ฉันตั้งใจเรียนเป็นเด็กดี ถ้าวันไหนที่ยายไม่อยู่แล้ว ต้องอยู่ให้ได้ด้วยตัวเอง

จนวันที่ยายของฉันอายุได้ 81 ปี ยายเริ่มช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ ในบางอย่าง เช่น ลุกเดินเองไม่ไหวต้องมีคนช่วยพยุง ยายไม่สามารถอาบน้ำ และเข้าห้องน้ำเองได้ ต้องใส่ผ้าอ้อมสำเร็จรูป เวลาเปลี่ยนผ้าอ้อมสำเร็จรูป เพื่อป้องกันแผลกดทับ ฉันจะทาวาสลีนให้ยายก่อนทุกครั้ง ในวันที่ฉันเช็ดตัวให้ยาย ฉันก็จะให้ยายเช็ดตัวด้านหน้าเอง แล้วให้กำลังใจว่า ยายเก่งมาก ที่สามารถเช็ดตัวเองได้ ฉันกับแม่ก็จะปรบมือให้ยาย ฉันดีใจที่เห็นยายยิ้มได้ ยายสามารถลุกนั่งรับประทานอาหารได้เอง ฉันก็จะอยู่เป็นเพื่อนยายเวลา รับประทานอาหาร ยายรับประทานได้น้อย บางทีก็ไม่อยากรับประทานอะไรเลยแม้ว่าอาหารในมือนั้นจะเป็นสิ่งที่ยายชอบ ฉันจะคอยบีบขวดให้ยายได้ ผ่อนคลายตามแขนขา เมื่อฉันเห็นยายเป็นแบบนี้ ลุกเดินหรือทำอะไรไม่ได้ด้วยตัวเองเหมือนแต่ก่อนที่เคยแข็งแรง ฉันก็พยายามพูดคุยอยู่เป็นเพื่อน อ่านหนังสือและเล่าเรื่องต่างๆ ให้ยายฟังเพื่อที่ยายจะได้ไม่เครียด ไม่กังวล

จัดสิ่งแวดล้อมรอบๆ ตัวยายให้ดูสงบและสะอาดที่สุด

แม่บอกกับฉันก่อนหน้านี้อ่านนอกจากโรคความดันโลหิตสูง ยายมีโรคอื่นแทรกซ้อนคือโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้ายและยังมีหัวใจโตอีกด้วย หมอได้คุยเรื่องที่จะทำการฟอกไต โดยทำผ่าตัดล้างไตที่หน้าท้อง แต่คนไข้อายุมากแล้วอาจจะเสี่ยงในการผ่าตัดแล้วคนไข้ไม่ฟื้น แม่ก็เลยลองคุยกับยายโดยที่มีหมอเจ้าของไข้อยู่ด้วย ยายปฏิเสธการรักษาที่จะล้างไตทางหน้าท้อง ส่วนหัวใจโตที่ตรวจพบนั้นหมอบอกที่โรงพยาบาลประจำอำเภอบอกว่าทำการจองคิวส่งตัวยายไปตรวจเพิ่มเติมที่โรงพยาบาลประจำจังหวัด ครั้งแรกที่ฉันได้ยินที่แม่บอกในวันนั้น ฉันร้องไห้ทันที ฉันคิดว่าถ้าเป็นโรคไตเรื้อรังระยะสุดท้ายแล้ว ยังไงก็รักษาไม่หาย ก็ได้แค่ประคับประคองอาการไปในแต่ละวันเท่านั้น วันหนึ่งยายก็ต้องจากฉันกับครอบครัวไปไม่เร็วก็ช้า ฉันเริ่มทำใจตั้งแต่นั้นมาและอยากทำให้ยายมีความสุขที่สุดในเวลานี้

อาการของยายเริ่มแยกว่าทุกครั้งที่ผ่านมา ยายรับประทานอาหารไม่ได้เลย พูดคุยกับใครก็ไม่ได้ ฉันเห็นน้ำตาของยายไหลออกจากทางตา ฉันเอาผ้าชุบน้ำมาเช็ดหน้าและเช็ดตัวให้ยาย เริ่มใจคอไม่ดีรู้สึกหดหู่ในใจอย่างบอกไม่ถูกที่ต้องทนเห็นยายเป็นแบบนี้ ฉันอยากให้ยายกลับมามีร่างกายแข็งแรงเหมือนเดิม อยากเห็นรอยยิ้มของยายอีกครั้ง สักครั้งหนึ่งก็ยังมี แต่ดูเหมือนจะไม่มีโอกาสนั้นอีกแล้ว เพราะครั้งนี้ยายของฉันอาการหนักแล้วจริงๆ พอดกเย็นพระอาทิตย์เริ่มคล้อยต่ำ ฉันแหงนมองบนท้องฟ้าไม่สดใสเหมือนเดิมเลย อากาศอึมครึมหม่นหมอง น้ำตาฉันคลอมาตั้งแต่เช้าเพราะในหัวนึกถึงยายอยู่ตลอดเวลา ประมาณ 19.10 น. แม่เรียกฉันมานั่งใกล้ๆ ยาย ให้ฉันบอก

กับยายว่า ไม่ต้องห่วงฉันแล้ว ขอให้ยายเดินทางไปเจอสิ่งดี ๆ ไม่ต้องเจ็บปวด  
อีกแล้ว ถึงแม้ว่าในหัวของฉันตอนนั้นทราบดีว่า ต่อให้ยังไงยายก็ไม่ไหว  
ฉันคงไม่ได้สัมผัสอ้อมกอดของยายอีกแล้ว ไม่มีโอกาสได้เจออีกแล้วกับคนๆ นี้  
แต่ในใจของฉันนั้นก็ยังมีแต่คำภาวนาขอให้พระคุ้มครองขอให้ยายได้ลุกขึ้นมาอยู่  
กับฉันไปอีกนานกว่านี้ได้ไหม ในความคิดมีแต่คำอ่อนวอน แต่สุดท้าย  
ปาฏิหาริย์ก็ไม่มีจริง จนสุดท้ายในใจฉันก็ยอมแพ้ ฉันพูดเบาๆ ข้างหูของยาย  
อีกครั้งว่า “ถ้ายายไม่ไหวแล้วในวันนี้ หนูขอให้ยายไปอย่างสงบ หนูจะตั้งใจ  
เรียนและสอบเข้าเรียนพยาบาลให้ได้นะคะ” และแล้วเวลาแห่งการจากลา  
ก็มาถึง ในเวลา 19.28 น. ยายของฉันก็จากไปอย่างสงบโดยที่ยายไม่ได้จากไป  
อย่างโดดเดี่ยว เพราะมีลูกหลานมาอยู่ด้วยกับยายจนถึงวินาทีสุดท้าย ยายอยู่  
มาได้เท่านี้ ยายก็ใจสู้และเข้มแข็งมากแล้ว

ความทรงจำครั้งสุดท้ายตั้งแต่วันที่ยายจากไป ฉันเก็บความรู้สึก  
ความรัก ความห่วงใยที่ยายเคยมีให้กับฉันมาจนถึงทุกวันนี้ สิ่งดีๆ ระหว่างฉัน  
กับยายไม่เคยหายไปจากใจของฉันเลยสักวัน ฉันยังคิดว่ายายยังอยู่ข้างๆ  
ฉันตลอดเวลา ในวันนี้ถึงแม้ว่ายายจะไม่ได้อยู่กับฉันแล้ว ฉันก็ยังหวังว่า  
ยายคงจะมองลงมาจากบนฟ้า ภูมิใจที่ฉันได้เรียนพยาบาลอย่างที่ยายหวังไว้  
ฉันได้แต่นึกถึงรอยยิ้มของยาย ในบางช่วงเวลา ถึงฉันเรียนหนักหรือเหนื่อย  
แค่ไหน มันก็ทำให้ฉันเข้มแข็งมีความสุขในทุกครั้ง เวลาขึ้นวอร์ดไปดูแลคนไข้  
ผู้สูงอายุ ยิ่งทำให้ฉันคิดถึงยายมาก สุดท้ายนี้ฉันอยากบอกกับยายว่า “หนูจะ  
ทำหน้าที่ของหนูให้ดีที่สุด เมื่อเรียนจบไปหนูจะเป็นพยาบาลที่ดี” บทเรียน  
ที่ได้หลังจากการจากไปของคุณยายคือ วันพรุ่งนี้อาจจะไม่มีอยู่จริง เพราะอะไร

ก็เกิดขึ้นได้ทั้งนั้น แม้จะเป็นช่วงเวลาสั้นๆ แต่อย่างน้อย ในชีวิตหนึ่งของฉัน  
ก็ได้ทำอะไรดีๆ เพื่อขยาย ฉะนั้นเมื่อเราอยากทำอะไรให้รีบทำก่อนที่จะไม่มี  
โอกาสได้ทำ



เพราะมีเธอในวันนั้น  
จึงมีฉันในวันนี้

กมลชนก ชาวขัด

งานการพยาบาลผู้ป่วยพิเศษ

ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช

“

หลังจากที่เรียนจบได้ไม่นาน ไม่กี่เดือน ฉันซึ่งไม่ค่อยเจอผู้ป่วยแบบ  
ประคับประคองมากนัก ประสบการณ์ในการดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง  
ก็แทบจะเป็นศูนย์ แต่แล้วฉันก็มีผู้ป่วยคนหนึ่งโดยไม่คาดคิด ผู้ป่วยคนที่จะเป็น  
ครูของฉัน และอยู่ในใจฉันตลอดไป

ในวันหนึ่งเป็นช่วงพักรับประทานอาหารกลางวันของพยาบาลเวรเช้า  
มีโทรศัพท์มาจากทางบ้านของฉัน แม่บอกว่าคุณตาผู้เป็นที่รักยิ่งของฉันเป็น  
มะเร็งปอด ซึ่งอาการของตาเป็นช่วงระยะท้ายๆ แล้ว และจะต้องรักษาต่อไป  
ด้วยการให้เคมีบำบัด ฉันอึ้งไปตอนนั้นรู้สึกว่โลกทั้งใบดับวูบ คำพูดของแม่  
ที่บอกว่า “ตาเป็นมะเร็ง” ดังอยู่ในหัวและรู้สึกเหมือนมีมดมาบาดหัวใจของฉัน  
ในตอนนั้นฉันอยากร้องไห้ ร้องให้ดังๆ เท่าที่จะร้องได้ แต่อีกวินาทีถัดมา  
ความคิดอีกอย่างหนึ่งก็พุ่งขึ้น แล้วตาล่ะ ตารู้สึกยังไง ขนาดฉันเป็นพยาบาล  
ฉันเจอคนไข้มาประมาณหนึ่ง ความรู้สึกฉันยังขนาดนี้ แล้วตาล่ะ ตาเป็นยังไง  
ฉันจึงบอกแม่ขอคุยกับตา น้ำเสียงตาบอกว่าอยากอยู่กับฉันกับยาย และ  
กับทุกคนไปนานๆ ฉันจึงบอกตาว่า มะเร็งก็เหมือนโรคเรื้อรัง เหมือนเบาหวาน



ความดัน เหมือนโรคเรื้อรังต่างๆ อาจจะรักษาไม่หาย แต่เราสามารถอยู่กับมัน และเราสามารถมีความสุขได้ หนูเป็นพยาบาลหนูรับได้ทุกอย่าง มีอะไร หนูอยากให้ตาบอกหนูนะ เราจะสู้ไปด้วยกันนะตา น้ำเสียงของตาเหมือนตาร้องให้แต่พยายามไม่ให้ฉันรู้ ในเสียงนั้นฉันรู้สึกว่ามีรอยยิ้มซ่อนอยู่ เรื่องแบบนี้พอมาเจอกับตัวเองแล้วมันไม่ง่ายเลย วินาทีแรกที่ทุกคนรู้คือ ทุกคนร้องให้ ทุกคนเศร้า จากนั้นทุกคนเงียบ...

บ้านของฉันอยู่ต่างจังหวัดค่อนข้างไกลจากกรุงเทพซึ่งเป็นสถานที่ที่ฉันทำงานอยู่ และด้วยภาระหน้าที่ความรับผิดชอบ ฉันไม่สามารถพาตาไปรับเคมีบำบัดได้ทุกครั้ง มีไปได้บ้างเมื่อลาหยุดพักร้อนหรือแลกรเวรหยุดแล้ว กลับบ้าน พอกลับมาทำงานก็ใช้การคุยทางโทรศัพท์และวิดีโอคอลให้กำลังใจถามเรื่องทั่วไปๆ ไป ถามอาการ สอนวิธีการหายใจเมื่อเหนื่อย ถามสิ่งที่ตาอยากทำซึ่งฉันรู้สึกเหมือนมีบางอย่างที่ตาไม่ได้บอกฉัน หรือว่าฉันรู้สึกไปเอง

หลังจากที่ตาได้รับเคมีบำบัดอาการของตาดีขึ้นในช่วงสามเดือนแรก แต่หลังจากนั้นอาการของตาทรุดลงเร็วมาก ตาเหนื่อยขึ้นมาก ผอมลง ปวดเยาะขึ้น ไม่สามารถนอนท่าเดิมได้นานๆ เบื่ออาหาร แต่ตาพยายามรับประทานให้ได้มากที่สุดเพราะตาไม่อยากให้ทุกคนเสียกำลังใจ ตาบอกว่าตารู้ว่าตาสู้เพราะอะไร และเพราะใคร และมีสิ่งหนึ่งที่ทำให้ตายิ้มได้ทุกวัน คือตามียายที่คอยดูแลตาอยู่ข้างๆ ตัวติดกันเหมือนกับปาตองโก อยู่ด้วยกันตั้งแต่ตื่นนอนไปจนถึงนอนหลับ ฉันเคยถามตาถึงสิ่งที่ตาอยากทำหรือยังกังวลอยู่ ตาเป็นห่วงยายมาก เรื่องนี้ตามักพูดอยู่เสมอ และสิ่งที่ฉันสงสัยมานานซึ่งตาไม่เคยบอกกับฉันคือตาอยากไปงานพระราชทานปริญญาบัตรของฉัน

ก่อนหน้าที่ตาจะทราบว่าตัวเองเป็นมะเร็งระยะสุดท้าย ตาตั้งใจจะไปงานรับพระราชทานปริญญาบัตรของฉันที่ศาลาฯ ตาพยายามเก็บเงินจากการทำงานรับจ้างเพื่อที่จะไปงานพระราชทานปริญญาบัตรของฉันและชื่อของขวัญให้ฉัน สิ่งนี้เป็นสิ่งหนึ่งที่ตารอมาทั้งชีวิต ตาไม่เคยบอกเรื่องนี้กับฉัน แต่ในที่สุดตาบอกฉันว่า “ขอโทษนะตาไม่สามารถไปงานรับปริญญาได้” ตาเหนื่อย แล้วตาก็ร้องไห้ วินาทีนั้นเป็นวินาทีที่บีบหัวใจฉันอีกครั้ง ฉันได้แต่บอกตาว่าไม่เป็นไรเดี๋ยวเราจะยกงานรับปริญญามาไว้ที่บ้าน ซึ่งเมื่อรับพระราชทานปริญญาบัตรเสร็จ ฉัน พ่อและแม่จึงกลับบ้านต่างจังหวัด ไปถ่ายรูปกับตาและยายที่บ้านจัดสถานที่เล็กๆ สำหรับถ่ายรูปหมู่ ฉันยังจำรอยยิ้มที่แสนมีความสุขของตาในวันนั้นได้จนถึงทุกวันนี้ ตายิ้มไม่หุบ และเพราะตาพอมลงมากทำให้รู้ว่า ตายิ้มจนหน้าบานขนาดไหน และร้องไห้ด้วยความปลื้มปริ่มใจ ตาดูจะเป็นคนที่มีความสุขมากที่สุดในวันนั้น และตาไม่ต้องแอบร้องไห้เพราะเรื่องนี้แล้วฉันคิดในใจ

แต่เวลาแห่งการมีความสุขมักจะผ่านไปโดยเร็วเสมอ ในวันที่ไม่มีใครอยากให้มาถึงหลังจากที่ฉันกลับมาทำงานที่กรุงเทพแล้ว มีโทรศัพท์โทรมาจากบ้าน เสียงทุกคนไม่ค่อยสดชื่นเท่าไรหรอก ตอนนั้นเป็นช่วงกลางคืน ตาเหนื่อยขึ้นกว่าเดิมมาก ไม่รู้สึกตัว ฉันเชื่อว่าตาไม่สามารถตอบสนองได้ แต่ตาสามารถรับรู้ได้ ตาได้ฟังธรรมะที่ตาชอบ และมียายที่พร่ำบอกว่าไม่ต้องเป็นห่วงฉันนะ มีคนที่ตารักทุกๆ คนอยู่ข้างๆ ทุกคนบอกตาถึงสิ่งดีดีที่ตาเคยทำและสิ่งที่ตาทรมานใจในชีวิต ส่วนฉันได้แต่บอกตาผ่านวิดีโอคอลว่า พวกเราจะดูแลยายอย่างดีที่สุดตาไม่ต้องห่วง เพราะมีตาในวันนั้น จึงทำให้ฉันมีวันนี้ตอนนี้ฉันเรียน

จบเป็นพยาบาลแล้ว จะตั้งใจเป็นพยาบาลที่ดี จะดูแลยาย พ่อและแม่ให้ดีที่สุด หลังจากวางสายวีดีโอคอลไปในตอนดึกเพราะวันต่อมามีงานต้องขึ้นเวรเช้า และในตอนเช้าของเวรเช้านั้นแม่ได้โทรมาบอกตาได้จากไปอย่างสงบไม่มีอะไรที่ตากังวล ตาไม่ทรمانอีกแล้ว...หัวใจของฉันท้องไห้อย่างไม่เคยร้องไห้มาก่อนหน้าที่และความรับผิดชอบของฉันทก็ยังมีอยู่ และยังคงต้องดำเนินต่อไป จากนั้นช่วงเย็นฉันทจึงลากลับบ้าน

ทุกอย่างในคืนนั้น ฉันทกับทุกๆ คนในบ้านเราได้พูดคุยกันมาระยะหนึ่งแล้ว เมื่อเหตุการณ์นั้นมาถึง ทุกคนสามารถเผชิญสถานการณ์นั้นได้ องค์ประกอบในวันนั้นจึงขาดเพียงฉันทคนเดียว แต่ฉันทก็ภูมิใจที่ฉันทได้ทำหน้าที่ของฉันทอย่างดีที่สุดแล้ว ลึกๆ ฉันทก็เสียใจที่ฉันทไม่สามารถอยู่ใกล้ๆ ตา ในครั้งสุดท้ายที่ฉันทจะได้เห็นตาขณะมีชีวิต แต่ฉันทคิดว่าถ้าตายังสื่อสารบอกฉันทได้ ตาจะต้องบอกให้ฉันทรับผิดชอบในหน้าที่ที่ฉันทได้รับอย่างดีที่สุดก่อน ฉันทรู้จักตาดี ตาเป็นทั้งตา เป็นเพื่อน เป็นพ่อ และเป็นทั้งครู และแรงบันดาลใจของฉันท ในการดูแลผู้ป่วยคนอื่นๆ ไป

หลังจากที่ตาจากไป คนที่ทุกคนเป็นห่วงที่สุดคือ ยาย เพราะยายมักจะติดกับตาเหมือนปาห่องโก้ ช่วงแรกๆ ยายร้องไห้เยอะมาก ทุกคนและฉันทเอง ต้องคอยรับฟังและให้กำลังใจยาย พาไปวัดทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้ตาเป็นช่วงๆ มาถึงวันนี้ยายบอกฉันทว่า จะไม่ร้องไห้บ่อยแล้ว ไม่อยากให้ตาเป็นห่วง ตาไม่ต้องทรมานแล้ว ทุกคนยังคิดถึงตาสุดหัวใจเหมือนเดิม มีตาอยู่ในความทรงจำ ตาไม่เคยหายไปไหน เพราะมีตาในวันนั้น จึงมีฉันทในวันนี้ ยังคงคิดถึงเสมอและคิดถึงสุดหัวใจ





จากใจ...  
มดตะนง ?

สุดใจ จิตตยานนท์

งานอายุรกรรมเฉพาะทางคลินิกโรคเลือดและมะเร็ง

กลุ่มงานการพยาบาลผู้ป่วยนอก

สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี

“

หลายท่านคงสงสัยว่ามดตะนงมันเป็นมดพันธุ์ไหน มีหน้าตาเป็นอย่างไร ตอนนี้อาจให้ทุกๆท่านที่สงสัยลองนึกวาดจินตนาการกันไปก่อนนะคะ ว่าตัวมดตะนงมันเป็นอย่างไร มีคุณสมบัติพิเศษอย่างไร ตามมาค่ะ ดิฉันจะเล่าให้ฟัง

เมื่อนึกถึงคำว่า “มดตะนง” ทำให้ดิฉันอดคิดถึงและนึกถึงเด็กชายวัย 13 ปี รูปร่างผอมแกรน ผิวคล้ำ ใบหน้ายิ้มแย้ม อารมณ์ดีตลอด พูดเสียงเหน่อๆ สำเนียงสุพรรณไม่เคยลืม ถึงแม้เรื่องราวจะผ่านมา 3 - 4 ปี แล้วก็ตามน้องตั้มเป็นผู้ป่วยมะเร็งเม็ดเลือดขาว รักษาที่สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี มาตั้งแต่ มิถุนายน 2550 จนถึงครั้งล่าสุด มีนาคม 2559 ซึ่งการวินิจฉัยโรคครั้งนี้คือ มะเร็งเม็ดเลือดชนิดกลับเป็นซ้ำ มีการลุกลามเข้าไปในกระดูก ครั้งแรกน้องตั้มมาฉีดยาเคมีที่คลินิก น้องตั้ม ถามดิฉันว่า “ฉีดยาเจ็บมากไหมครับป้า” ดิฉันบอกกับน้องตั้มไปว่า “เจ็บไม่มากหรอก ถ้าอยู่นิ่งๆ เจ็บนิดเดียว เหมือนมดแดงกัด” หลังจากนั้น น้องตั้มได้มาฉีดยาครั้งต่อมาได้บอกและพูดกับดิฉันว่า “ป้าๆ ฉีดยาเจ็บนิดเดียวเหมือนมดตะนงกัด”

ดิฉันแปลกใจและอดสงสัยไม่ได้ว่า มดตะนอยเป็นอย่างไร จึงถามน้องตั้มว่า “มดตะนอยมันเป็นอย่างไร ป้าไม่เคยเห็น” คำตอบของน้องตั้มทำให้ดิฉันอดขำไม่ได้ เขาบอกว่า “มดแดงมันกัดเจ็บนิดเดียว ส่วนมดตะนอยมันตัวใหญ่กว่ากัดเจ็บกว่า ส่วนมดตะนอยมันตัวใหญ่สุด มันจะกัดเจ็บมากกว่าเพื่อน” ดิฉันยิ้มและคิดในใจว่า เด็กคนนี้ช่างจินตนาการและเปรียบเทียบดี มดตะนอยก็คือ มดตะนอย+มดแดง ซึ่งเมื่อถูกมดตะนอยกัด มันจะเจ็บเหมือนถูกทั้งมดแดงและมดตะนอยกัดพร้อมกันทีเดียวในความคิดของเขา

หลังจากนั้นมาเวลาเด็กๆ มาฉีดยา ดิฉันจะเล่นมุกตลกๆ บอกว่า “ฉีดยาเจ็บนิดเดียว เหมือนมดตะนอยกัด” แล้วถามเด็กๆ ว่ารู้จักมดตะนอยไหม เด็กๆ จะทำหน้างงๆ และส่ายหน้าว่าไม่รู้จัก ดิฉันก็จะอธิบายว่า มดตะนอยมันตัวใหญ่ มันจะกัดเจ็บกว่ามดแดงและมดตะนอยนิดหน่อย ซึ่งการพูดคุยกับผู้ป่วยเด็กที่มาฉีดยาเคมีด้วยวิธีนี้เป็นวิธีที่เบี่ยงเบนความสนใจที่ได้ผลดี ซึ่งเด็กให้ความร่วมมือในการฉีดยาดี เพราะคิดตามว่ามดตะนอย มีลักษณะเช่นไร

สงสัยไหมคะ เรื่องของน้องตั้ม การรักษาจะจบลงอย่างไร สำหรับดิฉัน การได้ดูแลเด็กคนหนึ่งซึ่งได้รับการรักษามายาวนาน 8 - 9 ปี เป็นความภาคภูมิใจและยังตราตรึงอยู่ในใจและความทรงจำมาตลอด ดิฉันและน้องๆ เจ้าหน้าที่คลินิกได้เป็นส่วนหนึ่งในการดูแลช่วยเหลือน้องตั้มในวาระสุดท้ายของชีวิต

วันนั้นเวลา 14.30 น. มีเสียงประกาศสัมพันธ์ตามสายว่า ขอความช่วยเหลือใครมีเลือด กรุ๊ป AB ช่วยบริจาคเลือดได้ที่ธนาคารเลือด มีผู้ป่วย

ที่ ICU เด็ก ต้องการเลือดกรุ๊ปนี้ เพราะทางสภากาชาดไม่มีเลือดกรุ๊ปนี้ให้ ดิฉันและน้องๆ เจ้าหน้าที่ได้โทรไปขอร้องจากแพทย์โรคเลือดว่า ผู้ป่วยนั้นคือน้องตั้ม น้องตั้มมีอาการไม่ดีมีภาวะช็อกมีเลือดออกทุกระบบ ต้องการได้เลือดกรุ๊ปนี้อย่างเร่งด่วน ดิฉันชวนน้องๆ เจ้าหน้าที่ ที่มีเลือดกรุ๊ปนี้ให้ไปบริจาคเลือดน้องๆ บางคนกลัวการบริจาคเลือดมาก ไม่เคยบริจาคเลือดมาก่อนเลย แต่ก็เต็มใจและยินดีไปบริจาคเลือดให้กับน้องตั้ม ดิฉันได้พบคุณพ่อน้องตั้มที่หน้าธนาคารเลือด คุณพ่อน้องตั้มเมื่อเห็นดิฉัน และน้องๆ เจ้าหน้าที่คลินิก เดินมาบริจาคเลือดก็เดินตรงรี่มาหา พร้อมยกมือไหว้ กล่าวคำขอบคุณทั้งน้ำตาว่า “ขอขอบคุณในน้ำใจที่พี่ๆ มาบริจาคเลือดให้กับลูกชายผม ผมตื่นตันใจมากครับ” เช้าวันรุ่งขึ้นประมาณ 9.00 น. คุณพ่อน้องตั้มเดินมาแจ้งข่าวกับดิฉันว่า “น้องตั้มจากพวกเราไปแล้ว เขาไปสบายแล้ว” เขาขอบคุณดิฉันขอบคุณพยาบาล และเจ้าหน้าที่ทุกคนที่ให้การดูแลและช่วยเหลือน้องตั้มเป็นอย่างดีมาโดยตลอด

ตอนนี้ทุกๆ ท่าน คงได้รู้จักมดตะนังกันเป็นอย่างดีแล้วนะคะ ว่าเป็นมดพันธุ์ไหน มีรูปร่างหน้าตา และคุณสมบัติเป็นอย่างไร สรุปได้ว่า “มดตะนัง” เป็นมดพันธุ์พิเศษที่อยู่กับผู้ป่วยเด็กคลินิกโรคเลือดที่มาฉีดยาเคมีบำบัดที่สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี ไปอีกนานเท่านาน ขอยกความดีทั้งหมด จากเรื่องเล่า “จากใจ... มดตะนัง?” อุทิศให้แด่น้องตั้ม ผู้ที่ล่วงลับ





# รูปถ่ายที่ไม่ได้รับ

ณภัทสรณ์ นิสิตสุขเจริญ

วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ

โรงพยาบาลตำรวจ สำนักงานตำรวจแห่งชาติ

“

ความตายเป็นสิ่งที่ไม่มีชีวิตใดบนโลกใบนี้สามารถหลบหนีไปได้ เป็นสิ่งที่ทำให้มนุษย์ทุกคนมีความเท่าเทียมกัน เพราะความตายไม่เลือกเพศ อายุ ฐานะ และไม่มีใครล่วงรู้ว่าความตายจะมาเยือนตนเองตอนไหน ความตายมีหลากหลายรูปแบบ แต่ในปัจจุบันนี้มีความตายรูปแบบหนึ่ง เป็นภัยเงียบในสังคมซ่อนในมุมมืด ค่อยๆ คืบคลานเข้าสู่จิตใจจนยากที่จะไถ่ถอน และค่อยๆ ทำร้ายร่างกายและจิตใจของบุคคลนั้นจนเข้าสู่ความตายอย่างสมบูรณ์

เมื่อ 10 ปีก่อน หนูได้รู้จักกับเพื่อนคนหนึ่งตอนเข้าเรียนต่อในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในความทรงจำเพื่อนของหนูเป็นเด็กผู้หญิงร่างบาง น่ารัก มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี บนใบหน้าของเธอจะมีรอยยิ้มที่สดใสอยู่เสมอ เพื่อนใหม่ของหนูมีชื่อว่า “เรย์” เพียงไม่นานนัก เราทั้งสองคนก็สนิทสนมกัน แม้ว่าเราจะอยู่คนละห้องเรียนกันก็ตาม เรามักจะใช้เวลาร่วมกันกับเพื่อนคนอื่นๆ หลังเลิกเรียนเสมอ

3 ปีต่อมา วันหนึ่งเวลาพักกลางวัน ขณะที่หนูกำลังนั่งอยู่ภายในห้องเรียน หนูได้ยินเสียงคนมากมาย ฟังไม่ได้ศัพท์ บริเวณหน้าห้องเรียน

ด้วยความสงสัยหนูจึงเดินออกมาหน้าห้อง พบเพื่อนหลายคนยืนจับกลุ่มพูดคุยกัน ก่อนที่หนูจะทันได้ถามใครสักคนว่าเกิดอะไรขึ้น ก็มีเสียงใครบางคนพูดขึ้นมาว่า “เรย์กริดข้อมือตัวเอง” พร้อมกับคำพูดต่างๆ ที่ตามมาว่า เรย์กริดองความสนใจ เป็นบ้าหรือเปล่า และอื่นๆ อีกมากมาย ในวันนั้นหนูเป็นอีกคนหนึ่ง que คิดเหมือนกับคนพวกนั้น เรย์คงจะแค่เรย์กริดองความสนใจ หลังจากเหตุการณ์นั้น เรย์กับหนูไม่ได้พูดคุยด้วยกันเหมือนเคย จากการเรียนแผนการเรียนที่แตกต่างกันในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย คือเรย์เลือกเรียนแผนการเรียนศิลป์ญี่ปุ่นเพื่อตามความฝันที่จะเป็นนักแปลภาษาญี่ปุ่น ส่วนหนู que เลือกเรียนแผนการเรียนวิทย์-คณิต แต่เราต่างกับรู้ความเป็นไปของกันและกันผ่านทางโซเชียลมีเดีย

หนูมีโอกาสได้พบเรย์อีกครั้งในงานเลี้ยงแห่งหนึ่ง สามปี que ไม่ได้พบกัน เรย์เปลี่ยนแปลงไปมากจากเด็กผู้หญิงร่างบาง กลายเป็นหญิงวัยรุ่นร่างท้วม หากแต่ยังคงมีรอยยิ้มที่สดใสอันเป็นเอกลักษณ์บนใบหน้า ขณะที่หนูยืนตะลึงในรูปลักษณ์ที่เปลี่ยนไป เรย์ได้เข้ามาหาหนูและพูดว่า ตกใจใจใหม่ที่เราเปลี่ยนไป หนูจำได้ว่า หนูไม่ได้ตอบอะไรไป เรย์พูดต่อว่า “การกินนี่แหละช่วยบำบัดจิตใจเราได้ดีที่สุด” พร้อมกับเลิกขาแขนเสื้อขึ้น หนูพรออยแผลเป็นมากมายบนข้อมือ รอยมากมายชัดเจนบ้างจางบ้าง หนูพูดอะไรไม่ออก เรย์บอกว่า “เห็นรอยพวกนี้ใจใหม่ เราพยายามหลายครั้ง ทำไมเราไม่ตายๆ ไปสักที เราพยายามทำทุกทางแล้ว เราหายจากความรูสึกนี้ไม่ได้เลย” หนูเอื้อมไปกุมมือเรย์ทั้งสองข้างและพูดว่า “ไม่มีชีวิตของใครที่จะไม่พบอุปสรรคหรือเราเองก็ท้อนะ การเรียนพยาบาลสำหรับเราไม่ง่ายเลย เราต้องปรับตัวมาก

การใช้ชีวิตที่นี่ไม่ง่ายเลย มีทั้งการเรียนที่หนักและระเบียบ เรายังหาความหมายในการเรียนที่นี่ไม่ได้เลย” “แต่ฉันทร์ไม่เป็นซีมิเศร่านะ” เรย์พูดชัดขึ้น รู้ใหม่ว่า “คนที่เป็นโรคซีมิเศร่าเขาไม่มีทางรู้ตัวเลยว่าความรู้สึกที่เขาอยากจะตายจะมาตอนไหน มันเหมือนชีวิตที่ไม่มีวันพรุ่งนี้ ฉันทร์ฟังเรานะ” เรย์พูดด้วยน้ำเสียงที่จริงจังและเอามือจับลงบนบ่าทั้งสองข้างของหนู “เราไม่รู้ว่าเราจะอยู่ปลอดภัยแก่ได้ถึงตอนไหน แต่เราบอกไว้ก่อนเลยว่า ใช้ชีวิตให้มีความสุขแทนเราด้วยนะ จำไว้ไม่มีอะไรที่แก้ทำไม่ได้ แก้ทำได้ทุกเรื่องที่เราตั้งใจ มีชีวิตต่อไปแทนเราด้วยนะ” ทำไมพูดแบบนั้น หนูพูดขึ้น เรย์เห็นสีหน้าของหนูไม่ดี จึงยิ้มและพูดว่า “เอาน่ายังไงเรามาถ่ายรูปคู่ด้วยกัน เป็นเพื่อนสนิทกันมานาน ไม่มีรูปคู่ด้วยกันเลย” เรย์หยิบมือถือขึ้นมาถ่ายและพูดว่า “ไว้เราจะส่งรูปให้นะ”

หลังจากนั้นไม่นาน เรย์ได้จากหนูไปโดยที่หนูไม่มีวันที่จะได้รับรูปถ่าย หนูจำความรู้สึกวันนั้นได้ดี หนูเสียใจแต่หนูเกิดความคิดว่า สิ่งที่หนูทำเพื่อเรย์ได้ คือ การใช้ชีวิตให้ดีและมีความสุข วันนี้หนูอยากจะบอกเรย์ว่า หนูมีความสุขและภูมิใจที่ได้เรียนพยาบาล โดยหนูมีความตั้งใจว่า ต่อจากนี้ไม่ว่าจะเป็นคนไข้หรือคนรอบตัวหนู หนูจะใส่ใจและดูแลทั้งร่างกาย และจิตใจแบบองค์รวม (Holistic Care) เพราะถ้ามีจิตใจที่เข้มแข็งจากการเห็นคุณค่าของตนเองโดยได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว ทีมสหวิชาชีพและบุคคลใกล้เคียง เพื่อให้ผู้ป่วยได้มีคุณภาพชีวิตที่ดี และสมศักดิ์ศรีที่ควรจะได้รับในฐานะเพื่อนมนุษย์ หนูจึงตัดสินใจถ่ายทอดเรื่องราวนี้ให้ผู้ที่ได้อ่านเรื่องราวตระหนักถึงความรุนแรงของภาวะซีมิเศร่า ว่าเป็นภาวะทางจิตใจที่ไม่ควร

มองข้ามหรือเพิกเฉย โดยทุกคนสามารถทำได้ไม่เพียงแต่เฉพาะบุคลากร  
ทางการแพทย์เท่านั้น

แม้ในวันนี้ร่างของเรย์จะเหลือเพียงเก้าถ่าน หากแต่ทุกความทรงจำ  
มิตรภาพระหว่างเราจะเป็นรูปถ่าย และกำลังใจที่เคยได้รับจากเรย์จะเป็น  
กรอบรูปให้เราก้าวไปข้างหน้าอย่างเข้มแข็ง ประกอบกันเป็นภาพที่สวยงาม  
ปรากฏชัดอยู่ภายในใจของเราตลอดไป เป็นกำลังใจให้เราด้วยนะ...เพื่อนรัก





รางวัลที่ 1  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2562



อ้อมกอด  
ของรอยยิ้ม

ณัฐนันท์พร แสนทวิสุข

วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ

โรงพยาบาลตำรวจ สำนักงานตำรวจแห่งชาติ

“

การกอด เป็นการแสดงออกถึงความรู้สึกบางอย่าง และเป็นการแสดงออกถึงความรัก ความห่วงใย ที่บางครั้งไม่สามารถอธิบายออกมาได้ และอ้อมกอดที่แสนจะอบอุ่น คงเป็นอ้อมกอดจากบุคคลที่คุณรักหรือคนในครอบครัว ตลอดจนเพื่อนๆ ของคุณ

สำหรับชีวิตนักศึกษาพยาบาลทุกๆ คน การขึ้นฝึกปฏิบัติการบนหอผู้ป่วยถือว่าเป็นเรื่องธรรมดา แต่สิ่งที่ไม่ธรรมดาสำหรับหนูคือ การที่หนูได้รับมอบหมายกรณีศึกษาเป็นคุณป้าวัย 40 ปี ที่ป่วยเป็นทั้งโรคไต โรคเบาหวาน และโรคความดัน หน้าซ้ำตาทั้งสองข้างของคุณป้ายังมีม้ามองอะไรไม่ค่อยเห็น และที่น่าเศร้าใจที่สุดก็คือ คุณป้าถูกตัดขาข้างซ้ายจนถึงหัวเข่า

ตลอดระยะเวลาหนึ่งสัปดาห์ที่หนูอยู่ดูแลคุณป้า คุณป้ามักบ่นกับหนูทุกวันว่า “ป้าคิดถึงครอบครัว ป้าอยากกลับบ้าน ป้าเบื่ออาหารโรงพยาบาล ไม่อร่อยเลย วันๆ ก็อยู่แต่บนเตียง ทำอะไรก็ไม่ได้เลย ป้าเบื่อจริงๆ นะที่ต้องอยู่โรงพยาบาลนานๆ แบบนี้” สำหรับตัวหนูแล้วทุกครั้งที่คุณป้าพูด หนูยินดี



รับฟังเสมอค่ะ ถึงแม้มันจะเป็นประโยคเดียวที่พูดซ้ำๆ และพูดเหมือนๆ กัน ในทุกๆ วัน หนูก็ยินดีรับฟังอย่างเข้าใจ เพราะหนูสังเกตเห็นได้ว่าทุกครั้งที่คุณรับฟัง คุณป้าก็จะยิ้มได้และก็ดูมีความสุขมากขึ้นที่ได้พูดคุยหรือระบายให้ใครสักคนฟัง

ในทุกๆ วันที่หนูได้ขึ้นฝึกปฏิบัติการบนหอผู้ป่วย นอกจากจะพูดคุยให้กำลังใจและรับฟังสิ่งที่คุณป้าไม่สบายแล้ว หนูยังได้ปลดล็อคกรอบที่ครอบตัวคุณป้าออก กรอบที่ว่านั่นก็คือ ไม่นั่งเตียงนั่นเอง หนูได้พาคุณป้านั่งห้อยขาข้างเตียง และถามคุณป้าว่า “คุณป้าอยากลงเดินข้างเตียงไหมคะ” คุณป้ายิ้มพร้อมกับพยักหน้าทันที หนูโอบกอดด้านข้างของคุณป้าและพุงเดินเล่นใกล้ๆ เตียง สิ่งที่คุณเห็นก็คือ รอยยิ้มและเสียงหัวเราะที่แสนจะสดใส และมีความสุขของหญิงวัย 40 ปี ที่แม้ว่าโรคเรื้อรังเหล่านั้นจะทำร้ายร่างกายของคุณป้าได้ แต่โรคเรื้อรังเหล่านั้นไม่สามารถทำลายความสดใสและเสียงหัวเราะของคุณป้าได้เลยสักนิดเดียว คุณเชื่อไหมคะว่าการเดินเล่นรอบเตียงครั้งนั้น ถือเป็น การสร้างรอยยิ้มให้กับคุณป้าในรอบ 2 เดือนที่ผ่านมาเลยทีเดียว

วันนี้ก็ย้อนไปถึงวันแรกที่หนูได้เปิดแฟ้มประวัติของคุณป้า หนูจำได้ขึ้นใจเลยว่า “วันที่ 25 กุมภาพันธ์ เป็นวันเกิดของคุณป้า” หนูนึกในใจว่า หนูจะต้องทำอะไรสักอย่าง ให้วันนั้น เป็นวันที่คุณป้ามีความสุขที่สุดเท่าที่หนูจะทำได้ เย็นวันที่ 24 กุมภาพันธ์ หนูเดินไปซื้ออาหารเย็นรับประทานกับเพื่อนตามปกติ แต่วันนั้นหนูได้เดินเลยไปที่โซนร้านขายของชำ หนูตั้งใจว่าหนูจะ

ชื่อของขวัญสักชิ้นหนึ่งให้กับคุณป้า หนูใช้เวลาเดินเลือกอยู่นานมาก หนูไม่รู้ว่าจะซื้ออะไรดี จนกระทั่งหนูหันไปเห็นตุ๊กตาระบายหยูๆ สีชมพูตัวหนึ่ง หนูตัดสินใจเลือกตัวนั้นทันที เพราะหนูตั้งใจว่าหนูจะให้พี่กระต่ายสีชมพูของหนู เป็นตัวแทนของอ้อมกอดจากหนูสู่คุณป้า พอหนูซื้อของขวัญเสร็จ หนูก็เดินกลับมาที่หอพัก หนูได้พบกับอาจารย์พรรณทิพา หนูจึงเล่าเรื่องราวทั้งหมดให้อาจารย์ฟัง อาจารย์ท่านยิ้มแล้วบอกกับหนูว่า “ลองชวนพี่ๆ พยาบาลคนอื่นๆ มาร่วมอวยพรวันเกิดด้วยสิ” หนูยอมรับเลยล่ะว่า วินาทีนั้น หนูรู้สึกมีพลัง มีพลังมากๆ ที่จะทำในสิ่งที่หนูตั้งใจไว้

ในคืนนั้นเอง หนูได้ขึ้นเวรตึก หลังทำหัตถการต่างๆ เสร็จ พี่ก็บอกว่าให้ไปนั่งพักได้ ตอนนั้นเอง หนูได้ค่อยๆ เดินเข้าไปในความมืด ค่อยๆ เดินไปหยุดอยู่ที่ปลายเตียงของคุณป้า หนูมองคุณป้าที่กำลังหลับอยู่แล้วนึกในใจว่า “คุณป้าคะพรุ่งนี้คุณป้าตื่นขึ้นมา หนูจะทำให้คุณป้ามีความสุขที่สุดเท่าที่เด็กคนนี้จะทำได้”

เช้าวันที่ 25 กุมภาพันธ์ หนูและเพื่อนอีกสองคน เราถือกล่องของขวัญพร้อมกับร้องเพลงไปด้วย “Happy birthday to you Happy birthday to you Happy birthday, happy birthday...Happy birthday to you” ทันทีที่เสียงเพลงดังขึ้น พร้อมกับสองขาเล็กๆ ที่ค่อยๆ ก้าวไปที่เตียงของคุณป้า สิ่งแรกที่หนูเห็นก็คือ คุณป้าริบลุกขึ้นมา นั่งบนเตียง แล้วหันมาส่งยิ้มให้กับหนู คุณป้ายิ้มพร้อมกับน้ำที่เอ่อล้นตาทั้งสองข้างของคุณป้า ทันทีที่เสียงเพลงจบลงคำพูดแรกที่คุณป้าพูดกับหนูคือ “ขอบใจมาก ขอบใจมากๆ นะน้อง

นักศึกษาที่ไม่ลืมวันสำคัญของป่าในวันนี้ ป่าคิดว่าจะไม่มีใครจำได้แล้ว” ทันทีที่คุณป่าพูดจบลง หนูโผเข้ากอดคุณป่า หนูอยากจะส่งผ่านความรักและกำลังใจให้คุณป่าผ่านทางอ้อมกอดนี้ ซึ่งมันเป็นอ้อมกอดแรกที่หนูกอดคนไม่รู้จัก กอดคนที่ไม่ใช่ญาติ แต่มันกลับทำให้หนูรู้สึกถึงความอบอุ่น รู้สึกถึงอุ่นไอรักที่คุณป่าส่งผ่านอ้อมกอดมาสู่หนู การกอดกับคุณป่าซึ่งเป็นผู้ที่ไม่ใช่ญาติ แต่กลับทำให้หนูรู้สึกถึงความอบอุ่นได้อย่างน่าแปลกใจ อ้อมกอดนั้นเสมือนเป็นอ้อมกอดจากคนรัก ที่ส่งมอบพลังความรักสู่อีกคน ช่างเป็นอ้อมกอดที่แสนจะอบอุ่นและแผ่ไปด้วยความรู้สึกต่างๆ มากมาย ที่ไม่สามารถอธิบายออกมาได้

การจัดวันเกิดให้คุณป่าวันนั้น เป็นวันสุดท้ายที่หนูได้ขึ้นฝึกปฏิบัติการบนหอผู้ป่วยพอดี ก่อนที่หนูจะลงวอร์ด หนูได้ไปลาคุณป่าแล้วบอกคุณป่าว่า “วันนี้เป็นวันสุดท้ายที่หนูจะได้ขึ้นมาฝึกปฏิบัติการบนหอผู้ป่วยนี้แล้วนะคะ” คุณป่ากอดลาหนูแล้วยิ้มให้ ก่อนที่จะพูดว่า “ไม่ต้องห่วงว่าป่าจะเหงาแล้วนะ เพราะป่ามีเพื่อนแล้ว” คุณป่าพูดพร้อมก็นำเจ้ากระต่ายหูยาวสีชมพูมากอดและบอกอีกว่า “ทุกครั้งที่คุณคิดถึงหนู ป่าจะกอดและบอกผ่านตุ๊กตาตัวนี้นะ”

เหตุการณ์ในวันนั้น ยิ่งตอกย้ำความรู้สึกของหนูในวันนี้ มันทำให้หนูมั่นใจว่า เส้นทางสีขาวแห่งนี้ เป็นเส้นทางแห่งความสุขที่หนูได้เลือกแล้ว “ความสุข” สำหรับใครบางคนคือการที่ได้รับสิ่งของที่มีค่า แต่ “ความสุขสำหรับหนู” คือการที่ได้เห็นรอยยิ้ม รอยยิ้มของผู้ป่วยที่หนูดูแลด้วยหัวใจ

“รอยยิ้มที่เกิดจากความสุข” มักเป็นรอยยิ้มที่มีพลัง...เช่นเดียวกับ  
อ้อมกอด ที่เป็นทั้งการส่งมอบพลังความรักและกำลังใจที่ยิ่งใหญ่สู่คนที่เรารัก  
หนูขอให้รอยยิ้มของหนูและคุณป้าเป็นอ้อมกอดของกันและกันตลอดไป



รางวัลที่ 2  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2562



# งานสุดท้าย

วาทนิตา เสมอประวัติ

ศูนย์สุขภาพชุมชนประชาชนุเคราะห์ โรงพยาบาลราชบุรี

“

ฉันจรดปลายดินสอเขียนคิ้วลงบนใบหน้าที่เรียบเนียนอย่างตั้งใจด้วยความมุ่งมั่นว่าต้องทำให้การ “แต่งหน้า” ครั้งนี้ออกมาดีที่สุด เสียงผู้รับจ้างบริบาลที่ตอนนี้กลายมาเป็น “ผู้ช่วยแต่งหน้าจำเป็น” กระซิบบอกฉันอย่างแผ่วเบาเพียงได้ยินกันแค่ 2 คนว่า “จ้างพี่เป็นแสบ งานแบบนี้พี่ก็ไม่ทำหรอก” ฉันงยหน้าและสบตาเธออย่างเข้าใจ

ย้อนกลับไปเมื่อราวๆ ครึ่งชั่วโมงก่อน “คุณปาน” เจ้าของร่างที่ฉันแต่งหน้าให้ได้จากไปอย่างสงบ หลังจากต่อสู้อย่างทรหดกับโรคมะเร็งร้ายที่มาเยือนเธอโดยไม่รู้ตัว โดยเมื่อประมาณ 6 เดือนที่แล้ว เธอได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นมะเร็งระยะสุดท้าย และเข้ารับรักษาจากโรงพยาบาลเอกชนในกรุงเทพฯ ที่ขึ้นชื่อว่า ดีที่สุดและแพงที่สุด แต่การรักษาไม่ประสบความสำเร็จ มะเร็งร้ายแพร่กระจายไปยังกระดูกไขสันหลังและสมอง คุณปานและคุณตันผู้เป็นสามี ตัดสินใจกลับมาเสียชีวิตที่บ้าน โดยได้รับยาแก้ปวดมาจำนวนหนึ่ง และเมื่อยามดกก็จะมารับยาแก้ปวดต่อที่โรงพยาบาลใกล้บ้าน ฉันในฐานะพยาบาลประจำชุมชนได้รับการประสานให้เข้ามาดูแลคุณปาน เนื่องจากฉันดูแลงานด้าน

Palliative Care หลังการศึกษาปริญญาโทสาขาจิตวิทยา ชีวิตและความตาย ทำให้ฉันมีความตั้งใจและทุ่มเทที่จะดูแลคนไข้ที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเข้าสู่ระยะ Palliative ให้ดีที่สุด โชคดีที่ว่าคุณปานเป็นผู้ฝึกฝนในธรรมและศึกษารรรมะมาอย่างต่อเนื่อง ประกอบบุญกุศลต่กบาตรทำบุญอยู่เสมอ มองเห็นเรื่องการเกิด แก่ เจ็บ และตายเป็นสัจธรรมของชีวิต เมื่อรับรู้ว่าจะไม่สามารถยื้อชีวิตเอาไว้ได้แล้ว เธอจึงอยากใช้เวลาช่วงสุดท้ายของชีวิตที่บ้าน

ในช่วงระยะเวลาสั้นๆ ที่ฉันเข้าไปดูแลคุณปานและครอบครัว พบว่าที่บ้านหลังนี้ถูกดัดแปลงเป็นเหมือนห้องพยาบาลเล็กๆ มีเครื่องให้ออกซิเจน เครื่องดูดเสมหะ และมีผู้รับจ้างบริบาลมาดูแลตลอด 24 ชั่วโมง พร้อมทั้งมีयरงับอาการปวดเนื่องจากโรคไข้อย่างเพียงพอ คุณปานที่ร่างกายเริ่มอ่อนล้า บวมตามร่างกายไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ แต่ยังคงสติได้เกือบสมบูรณ์ ตลอดเวลาในขณะที่ตื่น เธอไม่ได้แสดงอาการเศร้าโศกหรือหวาดกลัว ท้อแท้ บางครั้งยังปลอบใจบรรดาญาติที่วันเวียนมาเยี่ยมและผลออกร้องให้ออกมาเนื่องจากสงสารเธอ เธอจัดการเรื่องทรัพย์สินโดยการจัดทำพินัยกรรมไว้อย่างเรียบร้อย ในทุกวันถึงแม้เธอจะลุกไปใส่บาตรเองไม่ได้ เธอก็จะบอกญาติให้ทำอาหารแบบต่างๆ ไปถวายพระที่วัด โดยเธอก้าวอนุโมทนาก่อนถวายพระทุกครั้งเช่นกัน

ดูเหมือน Palliative Care ครั้งนี้จะจะเป็นไปด้วยดี ฉันจึงประเมินคนใกล้ชิดที่คุณปาน โดยเฉพาะคุณตันผู้ซึ่งเป็นสามี ฉันมองเห็นความรักที่มีต่อคุณปาน บ่อยครั้งจะเห็นถึงความเศร้าฉายผ่านออกมาจากแววตาของคุณตัน รวมทั้งร่างกายที่ซูบผอมลงอย่างเห็นได้ชัด ฉันใช้เวลาพูดคุยกับคุณตัน

พบว่าคุณต้นยอมรับในสิ่งที่กำลังจะเกิดขึ้นและต้องการที่จะดูแลคุณปานให้ดีที่สุด ฉันให้กำลังใจกับคุณต้นให้ผ่านช่วงเวลานี้เพื่อที่จะทิ้งความเจ็บปวดทางใจไว้ให้น้อยที่สุด ฉันให้ช่องทางการติดต่อเพื่อการดูแลคุณปานร่วมกันได้ 24 ชั่วโมงอย่างเต็มที่ รวมทั้งเตรียมความพร้อมให้คุณต้นและญาติเมื่อช่วงเวลาสำคัญมาถึง

ครั้งหนึ่งพบว่ามีเรื่องที่น่าแปลก เวลาสายของวันหนึ่งฉันไปเยี่ยมคุณปาน พบว่าเธอเรียก ไม่รู้สึกตัว ไม่ลืมตา หายใจแบบเฮือกๆ ซึ่งประสบการณ์การทำงานของฉัน อากาศนี้แสดงว่าคนไข้จะเสียชีวิตในเวลาอันใกล้นี้ ฉันปรึกษาคูณต้นและเห็นตรงกันว่าควรนิมนต์พระมาเพื่อให้คุณปานได้ทำบุญถวายสังฆทาน บังเอิญว่าพระที่คุณปานนับถือเป็นพระอาจารย์ที่เรียนจบปริญญาโทสาขาเดียวกับฉัน ฉันจึงอาสาไปที่วัดและนิมนต์ให้ ซึ่งขณะนั้นพระอาจารย์ติดสอนกรรมฐานอยู่จะว่างก็ตอนเย็น แต่ฉันคิดว่าอาการของคุณปานอาจรอไม่ไหว จึงกราบขอความเมตตาานิมนต์ท่านด้วยเหตุดังกล่าว โดยขอเวลาท่านเพียง 30 นาที ท่านพระอาจารย์เข้าใจ และเมื่อท่านมาถึงบ้านคุณปาน ท่านได้เทศน์เรื่องการปล่อยวางและเมื่อเทศน์จบ คุณต้นได้จับมือคุณปานที่นอนไม่รู้สึกตัวให้ร่วมถวายสังฆทานและกรวดน้ำ

วันรุ่งขึ้น ฉันได้ทราบว่าคุณปานกลับมารู้ตัวและพูดคุยกับญาติเหมือนเป็นปกติ รวมทั้งรับรู้ว่าคุณปานมาเทศน์ที่บ้านรวมทั้งเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นทั้งหมด พวกเราซึ่งเป็นพยาบาลต่างก็แปลกใจที่คุณปานกลับมารู้สติโดยไม่ได้รับการรักษาเพิ่มเติมแต่อย่างไร เป็นเวลา 1 สัปดาห์ต่อจากนั้นที่คุณปานมีโอกาสพูดคุยกับญาติพี่น้อง ทั้งญาติที่ห่างไกลก็แวะเวียนมาเยี่ยมเยียน



อย่างต่อเนื่อง วันสุดท้ายก่อนเสียชีวิต คุณปานใช้เวลาส่วนใหญ่กับคุณต้น ทั้ง 2 คนพูดคุยเรื่องราวต่างๆ กันมากมาย โดยคุณต้นเล่าว่าเพราะคุณปาน เป็นฝ่ายชวนคุยและไม่ยอมนอนจนเวลาล่วงเลยไปจนถึงตี 4 คุณปานถึงได้ยอม นอนหลับ แต่เป็นการนอนหลับที่ไม่ตื่นขึ้นมาอีกเลย

เมื่อวันสุดท้ายมาถึง ฉันช่วยคุณต้นดูแลร่างกายคุณปานให้สะอาด ผลัดเปลี่ยนเสื้อผ้าเป็นชุดที่เตรียมไว้ โดยผู้รับจ้างบริบาลก็ให้ความช่วยเหลือ อย่างดี แต่ฉันสังเกตเห็นว่าเธอนั้นมีสีหน้าผิดแปลกไปจากเดิม “ผมอยากให้ ปานได้แต่งหน้าหน่อยครับ” เสียงคุณต้นเอ่ยขึ้นอย่างแหบแห้ง ฉันรับหน้าที่ นั้นด้วยความเต็มใจและเห็นใจผู้รับจ้างบริบาลเมื่อแสดงอาการให้รับรู้ได้ว่า ทวาดกลัวร่างที่บัดนี้กลายเป็นศพไปแล้ว “อนิจจังไม่เที่ยงหนอ” ฉันรำพึง ในใจและทำหน้าที่ “แต่งหน้าศพ” ให้เป็นครั้งสุดท้ายอย่างมุ่งมั่นและตั้งใจว่า จะเป็นสิ่งดีๆ สิ่งสุดท้ายที่พยาบาลอย่างฉันจะทำให้ผู้ป่วย Palliative Care ของฉันได้



รางวัลที่ 3  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2562

# อาม่าคือ ผู้ป่วยยาก?

อรพรรณ พุ่มณิชา

ภาควิชาเวชศาสตร์ครอบครัวและเวชศาสตร์ป้องกัน  
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

“

ดิฉันได้มีโอกาสไปร่วมดูแลผู้ป่วยเพื่อการรักษาแบบประคับประคอง ร่วมกับศัลยแพทย์ เป็นผู้ป่วยหญิงอายุ 76 ปี เมื่อ 2 ปีก่อนเธอได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคมะเร็งเต้านมและผ่าตัดเต้านมออก หลังจากนั้นเธอไม่ได้มาตามนัดของศัลยแพทย์ เธอหายไป 2 ปี จนเมื่อ 2 เดือนก่อน ลูกสาวคนเล็กของเธอเริ่มสังเกตเห็นว่าเธอเหนื่อยง่ายขึ้น เดินได้ระยะทางสั้นลง ทุกครั้งหลังเธอเข้าห้องน้ำลูกสาวสังเกตเห็นว่าเธอเหนื่อย ลูกสาวคนเล็กพาเธอมาห้องฉุกเฉินด้วยเรื่องเหนื่อยจนถึงไม่สามารถนอนได้

ครั้งนี้เธอได้พบกับศัลยแพทย์ท่านเดิมที่เคยรักษาเธอเมื่อ 2 ปีก่อน ครั้งนี้พบว่าอาการเหนื่อยของเธอนั้นเกิดจากโรคเดิม คือ โรคมะเร็งเต้านมที่ลุกลามไปที่ปอด เธอได้ยื่นกรานกับทางศัลยแพทย์ว่าไม่ต้องการการผ่าตัด ยาเคมีบำบัดหรือฉายแสง เธอเพียงต้องการให้เธอยังอยู่กับความเหนื่อยได้ โดยไม่เป็นภาระกับลูกหลาน ผู้ป่วยตัดสินใจที่จะไม่รักษาที่โรงพยาบาล ทางทีมศัลยแพทย์จึงส่งปรึกษาทางทีมดิฉันเพื่อร่วมกันดูแลแบบประคับประคองที่บ้าน และนี่เป็นจุดเริ่มต้นที่ทำให้ดิฉันได้เข้ามามีส่วนร่วมในการดูแลเธอ

“เธอหายไปจากการรักษา” “เธอไม่มารักษาต่อเนื่อง” “โรคเธอลุกลามมากขึ้นเพราะเธอหายไป” ประโยคเหล่านี้ทำให้ทางทีมคิดว่าเธอต้องเป็นผู้ป่วยกลุ่มยากในการดูแล บางคนมีกังวล บางคนเหมือนหงุดหงิด บางคนทำหน้าสงสัย และบางคนพยายามจินตนาการและหาเหตุผลที่ผู้ป่วยไม่ยอมพบแพทย์ การดูแลต่อเนื่องแบบประคับประคองไม่เป็นเพียงการดูแลทางด้านร่างกายเท่านั้น แต่หมายรวมถึงการดูแลทางด้านจิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ ในผู้ป่วยรายนี้นอกจากประวัติทางด้านร่างกายที่เราหาได้ไม่มากนัก ที่ยากคือเหตุผลของผู้ป่วยที่ไม่ได้มารักษาต่อเนื่องตามนัด ซึ่งจะทำให้ทางทีมเห็นภาพผู้ป่วยและครอบครัว และสามารถนำมาร่วมวางแผนการรักษาเพื่อดูแลผู้ป่วยรายนี้ได้เบื้องต้น เราพยายามหาเหตุผลนี้ แต่สุดท้ายเราก็ไม่ได้มันมา ทางทีมเราจึงตัดสินใจวางแผนการดูแลผู้ป่วยรายนี้ไปในทิศทางของผู้ป่วยยาก (difficult patient) เหมือนที่คิดไว้ตั้งแต่แรก ก่อนจะไปเยี่ยมบ้านทางทีมงานได้ติดต่อลูกสาวคนเล็กเพื่อขออนุญาตเยี่ยม เสียงปลายสายให้การต้อนรับทีมเราเป็นอย่างดี

แล้ววันที่เราเยี่ยมบ้านครั้งแรกก็มาถึง บ้านเธออยู่ไม่ไกลจากโรงพยาบาล ใช้เวลาเดินทางราว 5 นาที เราสังเกตเห็นบ้านหลังหนึ่งมีหญิงวัยกลางคนกริยาคล้ายกำลังมองหาใครสักคน ทำให้เราเดาได้ไม่ยากกว่านี้คือบ้านของเธอ และหญิงคนนี้น่าจะเป็นลูกสาวคนเล็กของเธอ เราตัดสินใจมุ่งหน้าไปที่บ้านหลังนั้นและเราก็คิดไม่ผิด นี่คือบ้านของเธอและหญิงคนนี้คือลูกสาวคนเล็ก เมื่อเราทักทายกับลูกสาวของเธอเรียบร้อยและแน่ใจว่าเราไปบ้านถูกหลัง เราเข้าไปในบ้าน เราเห็นหญิงสูงวัยซึ่งดิ้นสังเกตจากผมแก

ที่เปลี่ยนเป็นสีขาวทั้งศีรษะ ใบหน้ายิ้มแย้มต้อนรับพวกเรา เธอนั่งอยู่บนเตียง ไม่สูงระดับเข่า ทางเรากล่าวทักทาย เธอทักทายเรากลับด้วย สำเนียงเหมือน ภาษาจีนมากกว่าภาษาไทย เธอพยายามจะชวนเราคุย เธอพยายามคิดคำไทย บางครั้งเธอพูดภาษาจีนและให้ลูกสาวเป็นล่าม นี่เป็นการเริ่มต้นที่ดี

“อาม่า” หนึ่งในสมาชิกทีมเราได้แผลอเรียกเธอไป เธอและลูกสาว ของเธออมยิ้มเมื่อได้ยินชื่อนี้ ตั้งแต่นั้นเราก็จึงเรียกเธอว่า “อาม่า” หลังจา การแนะนำตัวสั้นสุดลง เราเริ่มถามอาม่าถึงอาการเหนื่อยและโรคที่อาม่าเป็น เพื่อประเมินว่าอาม่าเองเข้าใจโรคที่อาม่าเป็นมากน้อยแค่ไหนหรือมากกว่านั้น เราอาจได้ความรู้สึกที่แถมตอนนี้ เราไม่คาดหวังว่าอาม่าจะตอบคำถามนี้ ได้ครบทุกประเด็นที่เราต้องการ เราคิดกันมาก่อนว่าอาม่าเป็นผู้ป่วยกลุ่มยาก ซึ่งส่วนใหญ่จะเสี่ยงที่จะตอบคำถามเหล่านี้ แต่เราคิดผิด อาม่าตอบได้อย่าง ฉะฉานถึงแม้ว่าภาษาไทยของแกจะไม่แข็งแรงนัก อาม่ารู้ว่าที่แกเหนื่อยเพราะ ตัวเองเป็นโรคมะเร็งเต้านมที่ลุกลามไปที่ปอด อาจจะอยู่ได้ไม่นาน และ ช่วงหลังมานี้แกเหนื่อยง่ายขึ้นมาก อาม่าเล่าให้เราฟังถึง 2 ปีที่หายไปโดยที่เรา ยังไม่ได้เอ่ยถาม จริงๆ แล้วเรื่องนี้เราคิดว่าจะถามในการเยี่ยมบ้านครั้งหน้า เพราะมันละเอียดอ่อนเหลือเกิน

อาม่าเล่าด้วยสีหน้ายิ้มแย้ม อาม่าไปรักษาด้วยการทำจิตใจให้ดี รับประทานอาหารที่ดีต่อสุขภาพและสวดมนต์ตามหลักที่แก่นับถือ เห็นได้จาก ฝาผนังบ้านเต็มไปด้วยรูปเคารพตามศาสนานั้น อาม่ารู้ว่าวิธีเหล่านี้ไม่ได้ทำให้ แกหายจากโรคเพราะตอนนี้โรคกำลังลุกลาม และเข้าสู่วาระสุดท้ายของชีวิต อาม่าหันมาเล่าต่อ “หมอมือมัยสองปีนั้น อาม่าเองมีความสุขมาก” แกเริ่ม

แทนตัวเองว่าอาม่า ไม่เคยเสียเวลา ไม่เคยเสียตังที่ไม่รับยาเคมีบำบัด ฉายแสงหรือผ่าตัด ไม่ต้องอยู่โรงพยาบาล ไม่ต้องทนกับผลข้างเคียงของยามีเวลาวางแผนชีวิต ใช้ชีวิตในแบบที่ต้องการ อาม่าได้ทำทุกอย่างที่อยากทำ อาม่าเห็นความรักที่ลูกๆ มีให้ ได้เห็นความรักที่ลูกหลานมีต่อกัน แค่นี้ก็พร้อมตายแล้ว ลูกสาวแทรกว่าตอนนี้แกซื้อที่ดินสำหรับทำฮวงซุ้ยเรียบร้อยแล้ว เราฟังแล้วชนลุกปอนิ่ง

อาม่าเล่าต่อว่าแกเหนื่อยมาากแล้ว แกหมายถึงชีวิตแกในอดีต เพราะมาจากเมืองจีน ต้องทำงานหนักมาก จนวันนี้แกสบาย ลูกหลานก็สบาย ตอนนี้แค่อยากใช้ชีวิตที่เหลือให้สบาย ไม่เหนื่อยเหมือนเมื่อก่อน ความสบายของแกคือการไม่ต้องไปรักษาที่โรงพยาบาล แกรู้สึกเหนื่อยทุกครั้งที่ต้องไปหาหมอที่โรงพยาบาล อาม่าเล่าต่อถึงความตายที่แกต้องการ งานศพที่แกอยากให้ เป็น ได้บันทึกเป็นลายลักษณ์อักษรและบอกกับลูกๆ ไว้เรียบร้อยแล้ว พร้อมยกสมุดเบาใจที่มีการเติมครบทุกหน้าพร้อมลายเซ็นเป็นภาษาจีนให้เราดู เราฟังไปยิ้มไป สมาชิกบางคนน้ำตาคลอ ลูกสาวแกเองก็น้ำตาไหลเป็นช่วงๆ สังเกตได้ว่าแกไม่กลัวเรื่องความตายแม้แต่น้อย แกพร้อมมากกว่าเรา คนที่มาเพื่อวางแผนความตายที่ดีให้แก แกวางแผนมาอย่างดีเพื่อเตรียมตัวตายในแบบที่แกเลือกเอง แกหันมาบอกเราอีกครั้งว่า “อาม่าพร้อมตายแล้ว อาม่ามีทุกอย่างที่ต้องการ ลูกหลานรักกัน” เราได้ยินแบบนั้น เราไม่มีความจำเป็นที่จะต้องพยายามให้อาม่ากลับไปรักษาที่โรงพยาบาลอีกต่อไป เราจะทำหน้าที่ดูแลอาม่าที่บ้านให้แกได้สุขสบายอย่างที่อาม่าปรารถนา

เรื่องของอาม่าทำให้เราได้กลับมาสะท้อนตัวเองในฐานะบุคคลากร

ทางการแพทย์ หลายครั้งที่เรามีทัศนคติที่ไม่ดีกับผู้ป่วยกลุ่มที่หายไปจากการรักษาโดยที่เราไม่แม้แต่จะถามถึงเหตุผล เราพยายามให้ผู้ป่วยเดินไปตามทางที่เราคิดว่าดี เช่น ให้มาผ่าตัด ให้มารักษาด้วยยาเคมีบำบัดด้วยสูตรที่ดีที่สุดสำหรับผู้ป่วยตอนนั้น ด้วยเพียงที่เราคิดว่าเราอยากให้ผู้ป่วยหายจากโรคที่เป็น แต่ในบางครั้งเราอาจลืมประเด็นความสวยงามของการไม่มารักษาเหล่านี้ไป อาม่าไม่ได้เป็นผู้ป่วยยากหากเพียงแค่ว่าเราเข้าใจและสุดท้ายอาม่าก็ได้เสียชีวิต และจัดการงานศพท่ามกลางความรักในแบบที่แวงแวงไว้





รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2562

# ภาพแห่งความทรงจำ เพื่อสานฝันให้แม่

สุภาพรรณ ชูประเสริฐ  
งานดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง  
โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร

“

ณ โรงพยาบาลประจำจังหวัดที่สวยที่สุดในประเทศไทยแห่งหนึ่ง  
เช้าวันที่อากาศสดใส ท้องฟ้าสีคราม กริ่งๆ เสียงกริ่งโทรศัพท์ดังก้องกังวาน  
มาเป็นระยะ เมื่อรับสายเสียงพยาบาลเจ็ดยกแว่นแฉ่งว่ามีคนไข้ประสบ  
อุบัติเหตุมา อาการโคม่า ต้องการปรึกษาทีมดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง  
ให้ช่วยมาดูแลคนไข้ระยะสุดท้ายที่ห้องไอซียูศัลยกรรมด่วน ฉันทิ้งรีบไปด้วย  
ความกระตือรือร้น ขณะเดินไปก็อดคิดด้วยความกังวลใจไม่ได้ว่าอาการคนไข้  
คงหนักมาก จะช่วยคนไข้อย่างไรดี คำว่า ไอซียู ภาพที่คุ้นตาผุดขึ้นมา  
ในสมองทันที อุบัติการณ์ทางการแพทย์หลายชนิดวางรอบเตียง สายน้ำเกลือ  
ระโยงระยาง คนไข้ใส่ท่อช่วยหายใจ ญาติคนไข้ยื่นร้องไห้เสียงระงม คนไข้  
หลายคนที่จะเข้ามาอาจไม่ได้กล่าวแม่คำรำลา และยากที่จะเดินออกไปได้  
ดังเช่นคนไข้รายนี้เป็นแน่แท้

เมื่อฉันมองเข้าไปที่เตียงคนไข้รายนี้ เสียงเครื่องช่วยหายใจดังพีตๆ  
เป็นจังหวะซ้ำๆ เบาๆ ช่างเป็นเสียงที่บาดหัวใจของเด็กผู้หญิงคนหนึ่งที่ยืน  
เฝ้ามองร่างไร้สติของแม่ ซึ่งกำลังจะจากโลกนี้ไปด้วยอุบัติเหตุที่คาดไม่ถึง

แววตาหม่นหมองปนเศร้าของเด็กสาวคนนี้ กำลังจ้องมองไปที่ร่างหญิงวัยกลางคน รูปร่างเจ้าเนื้อ ผิวขาวซีด มีรอยแผลถลอกตามตัวเล็กน้อย เบ้าตาเขียวข้ำ บวมปิดทั้งสองข้าง นอนนิ่งอยู่บนเตียงด้วยลมหายใจที่รวยริน หน้าอก กระเพื่อมตามเสียงของเครื่องช่วยหายใจ เมื่อมองเห็นใบหน้ารี้นด้วยน้ำตา ของเด็กสาวคนนี้ สร้างความสะเทือนใจแก่ผู้พบเห็นยิ่งนัก ฉันรู้สึกจุกแน่นขึ้นมาในอก ความกังวลใจหายไปจนสิ้น เหลือเพียงความสงสารจับใจ และเมื่อได้ดูประวัติคนไข้ถึงสาเหตุที่ทำให้คนไข้ตกอยู่ในสภาพเช่นนี้ ทำให้คาดเดาได้ว่าคนไข้จะอยู่ได้ไม่นาน ถึงแม้ว่าคนไข้จะไม่รู้สึกตัว แต่เชื่อว่าจิตวิญญาณของคนไข้จะต้องสัมผัสและรับรู้ได้ถึงการกระทำด้วยความอ่อนโยนและความปรารถนาดีในครั้งนี้เพื่อคนไข้ และคิดว่าการทำงานครั้งนี้นอกจากจะดูแลคนไข้แล้วจะต้องดูแลไปถึงครอบครัวของคนไข้ด้วย หนึ่งในนั้นคือลูกสาวของคนไข้ที่มีความรักความผูกพันกับผู้เป็นแม่มาก

สิ่งแรกที่ต้องทำคือการหามุมสงบที่จะได้คุยกับลูกสาวคนไข้ในการค้นหา สิ่งค้างคาใจ การเป็นผู้ฟังที่ดี การได้สบตา การจับมือแสดงความเห็นใจ เพื่อช่วยแบ่งเบาความทุกข์ในใจของลูกสาวคนไข้มาบ้างไม่มากก็น้อย ภาพรอยยิ้มในวัยเด็กย้อนมาในความคิด การมีช่วงเวลาที่ดีที่สุดคือการได้อยู่กับแม่ทุกวัน มีบางช่วงเวลาต้องจากกันบ้างเมื่อต้องไปเรียนหนังสือ เป็นคำบอกเล่าที่พร่างพรูมาจากปากของลูกสาวคนไข้พร้อมด้วยรอยยิ้มว่า “จากพี่น้องสามคน หนูเป็นคนเดียวที่ได้เรียนปริญญาตรี และเรียนจบแล้ว กำลังรอรับปริญญา ในปลายปีนี้ แม่ดีใจมากไปคุยไว้ทั่วหมู่บ้าน เตรียมชุดเพื่อจะใส่ในวันรับปริญญา วางแผนไว้กับลูกที่จะไปงานรับปริญญาปลายปีนี้ แม่เป็นคนขยันทำงาน สุขชีวิต

ทำงานทุกอย่างที่จะทำได้ หนูเรียนจบแล้วจะหาสมัครงานทำที่ใกล้บ้าน จะได้อยู่ดูแลแม่ แม่จะได้ไม่ต้องลำบาก แม่เหนื่อยมาากแล้ว” จากคำพูดเรื่อย ๆ แววดตาเป็นประกายทุกครั้งที่พูดถึงแม่ ฉันได้ให้ข้อมูลการดำเนินของโรคทางเลือกในการดูแลคนไข้ และเกิดความคิดนอกกรอบขึ้นมา

“เอาอย่างนี้มัย หนูอยากถ่ายรูปชุดครุยรับปริญญา กับแม่มัย” “หนูทำได้หรือพี่” เป็นคำถามด้วยน้ำเสียงประหลาดใจของลูกสาวคนไข้ แววดตาเป็นประกายขึ้นมา เมื่อหันไปมองที่หัวเตียงมีป้ายติดว่า ห้ามถ่ายภาพ “ทำได้สิ ว่าแต่เราจะหาชุดครุยได้ที่ไหนดีในเวลาที่ยี่สิบเจ็ดปี จะหามาจากไหน มีเพื่อนรุ่นพี่มัย” ทุกคำถามเข้ามาในความคิด เราจะดูแลลูกสาวคนไข้อย่างไรให้กิจกรรมครั้งนี้สำเร็จไปด้วยดี การหาชุด การนัดแนะ วัน เวลา สถานที่ การติดต่อประสานงานกับระบบบริหารจัดการ การขออนุญาต เพื่ออำนวยความสะดวกในการจัดกิจกรรมครั้งนี้ รวมถึงการเอื้อให้ลูกสาวของคนไข้ได้เข้ามาดูแลแม่ได้บ่อยๆ โดยไม่รบกวนผู้อื่น ทุกอย่างผุดเข้ามาในความคิด ไข้แล้วเราจะคิดเองคนเดียวไม่ได้ การทำงานต้องทำเป็นทีม หลังได้พูดคุยกับลูกสาวคนไข้เรียบร้อย ฉันกลับมาตั้งหลักปรึกษากับทีมดูแลอีกครึ่งหนึ่ง และได้แนะนำลูกสาวคนไข้ให้ไปยืมชุดครุยที่ร้านถ่ายภาพในตลาด เป็นความคิดที่ดีเลยทีเดียว เมื่อทุกอย่างพร้อมทีมดูแลได้ดำเนินกิจกรรมไปด้วยดี

การนัดหมายเริ่มในวันรุ่งขึ้น ทุกอย่างสร้างความประทับใจให้ทีมดูแล ซึ่งเกินความคาดหมายจริงๆ ครอบครัวคนไข้ทุกคนมาพร้อมเพรียงกัน รวมทั้งเพื่อนบ้านที่สนิทสนมกับคนไข้ต่างมาให้กำลังใจ หรืออาจเป็นเพราะอยากเห็นว่าจะทำได้อย่างไร แม้แต่ร้านถ่ายภาพยังให้ยืมชุดโดยไม่คิดราคา ทุกคน

มีความเห็นใจกันและร่วมมือกันเป็นอย่างดี ลูกสาวคนไข้นำด้วยสีหน้าตื่นเต้น แวดตาเป็นประกายเมื่อเห็นทีมดูแลเดินเข้ามา ทุกคนเข้ามาล้อมกันที่เตียง คนไข้ ซึ่งจะทำอย่างไรให้ได้ภาพที่ดีที่สุด ทุกคนช่วยกันยืนยันบ่งเครื่อง ช่วยหายใจ สายน้ำเกลือ ลูกสาวคนไข้นำเสื้อผ้าที่สวยงามที่สุดที่คนไข้เตรียมไว้ ผ้าถุงสำเร็จรูป กระเป๋ากลือมาวางข้างๆ มือ ทุกคนช่วยกันแต่งตัวให้คนไข้ อย่างสวยงาม “แซะๆ” เสียงซัดเตอร์ดังเป็นระยะๆ และเราก็ได้ภาพที่ดีที่สุด ในการร่วมใจในการทำกิจกรรมครั้งนี้ ความปิติ อิ่มเอมเกิดขึ้นในใจ หัวใจ พองโต รอยยิ้ม เกิดขึ้นกับทีมดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองอย่างไม่เคยรู้สึก มาก่อน

หลังจากนั้น 3 วัน คนไข้ก็ได้จากครอบครัวนี้ไปด้วยอาการสงบ และ อีก 2 สัปดาห์ต่อมาหลังจากงานศพผ่านพ้นไป การดูแลหลังการสูญเสียเป็นสิ่งที่ ฉันต้องติดตามต่อ ทีมดูแลได้นัดลูกสาวผู้ที่ได้จากไปมารับภาพประทับใจที่ใส่ กรอบไว้อย่างสวยงาม ลูกสาวขอบคุณที่ได้รับการดูแลที่ดี ในสิ่งที่คาดไม่ถึงว่าจะ ได้รับในครั้งนี้ และจะขอเก็บภาพนี้ไว้ในความทรงจำตลอดไป

ชีวิตของคนเราแม้เลือกเกิดไม่ได้ แต่เลือกที่จะเสียชีวิตได้ถ้ามีการ เตรียมตัวให้พร้อมแต่เนิ่นๆ ซึ่งไม่ง่ายเลยที่จะคิดเช่นนั้น แต่หลายครั้ง เหตุการณ์ที่ไม่คาดคิดก็เกิดขึ้นได้เสมอ ถึงแม้ว่าเหตุการณ์จะผ่านมานานเท่าไร เบื้องหลังของคนทำงานกับคนไข้ระยะสุดท้ายครั้งนี้ ทุกคนทำแล้วมีความสุข ทำให้เกิดแรงบันดาลใจในการกล้าที่จะคิด เลือกที่จะทำสิ่งที่ดีที่สุดให้กับคนไข้ ทุกคนต่างทำหน้าที่ของตนและทำด้วยใจ จึงทำให้งานสำเร็จได้ด้วยดี ที่สำคัญ ที่สุดคือการนึกถึงคนไข้และครอบครัวของคนที่ยรักกำลังจะจากไปเป็นสิ่งสำคัญ

การได้ปลดเปลื้องสิ่งที่ค้างคาใจ การสานฝันของคนไข้ ทำให้คนที่อยู่ข้างหลัง  
ได้เติมเต็มและคลายความเศร้าจากความสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก ถึงแม้ว่า  
คนไข้จะไม่รู้สึกตัว แต่เชื่อว่าคนไข้จะรับรู้ได้ด้วยจิตวิญญาณและจากไป  
อย่างสมศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์



รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2562



แยกโรค  
แต่ไม่แยกรัก

เสาวภา ทองงาม

งานการพยาบาลอายุรศาสตร์และจิตเวชศาสตร์  
ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช

“

“ฉิตยาให้ฉันตายไปเถอะหมอ นี่เป็นคำขอร้องของคนไข้” ตอนที่ข้าพเจ้ายังเด็ก ข้าพเจ้าเคยได้ยินได้ฟังเพลงนี้ ตอนนั้นฟังแล้วก็ข้าฯ ได้แต่คิดว่าจะมีคนคิดแบบนี้จริงๆ หรือ แต่เมื่อข้าพเจ้าโตขึ้นและได้มีโอกาสเดินมาบนเส้นทางสีขาวในฐานะพยาบาลคนหนึ่ง ข้าพเจ้าไม่เคยคิดว่าบทเพลงนั้นที่เคยผ่านหูของข้าพเจ้าเมื่อครั้งยังเป็นเด็ก ข้าพเจ้าจะได้ยินได้ฟังจากปากของผู้ป่วยที่ข้าพเจ้าให้การดูแลอยู่จริง จนกระทั่งข้าพเจ้าได้ดูแลผู้ป่วยหญิงอายุ 35 ปี เป็นโรคมะเร็งเม็ดเลือดกระยะลุกลาม กระจายไปทั่วตัว ซึ่งไม่ตอบสนองต่อการรักษาใดๆ ผู้ป่วยและญาติยอมรับการยุติการรักษาตัวโรคและลงความเห็นเป็นอันเดียวกันว่าจะไม่ทำการใดๆ ที่ก่อให้เกิดทุกข์ทรมานเพื่อยื้อชีวิตผู้ป่วย ขณะนี้ทำได้เพียงให้การดูแลรักษาแบบประคับประคองและให้มอร์ฟีนทางหลอดเลือดดำเพื่อลดความทุกข์ทรมานเท่านั้น แต่ความทุกข์ทรมานที่เธอที่ต้องเผชิญนั้นคงมากกว่าที่เราจะเข้าใจได้ เพราะตลอดเวลาจะพบเธอลุกมานั่งหอบเหนื่อยกระสับกระส่ายจนไม่สามารถล้มตัวลงนอนได้ถึงแม้หมอจะปรับยาให้ตลอดเวลาในคืนนั้น และทุกครั้งที่เธอรู้สึกหายใจเหนื่อยมาก เธอจะร้องขอด้วยประโยคเดิมซ้ำๆ “ให้หนูตายเถอะ ฉิตยาให้หนูตายเถอะ หนูไม่ไหวแล้ว” ซึ่งประโยคเหล่านี้สะเทือนใจผู้ที่ได้ฟังยิ่งนัก



ไม่มีใครอยากตาย โดยที่ยังไม่ถึงเวลาที่จะจากไปแต่เธอคงทุกข์ทรมาน  
อย่างที่สุดไม่สามารถทนไหวแล้วจึงได้พูดคำนี้ออกมา คินนั้นเป็นคินแรกและ  
คินสุดท้ายที่เราได้พบเธอที่หอผู้ป่วยแยกโรค

ผู้ป่วยเป็นลูกคนเดียวของครอบครัว ที่บ้านประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว  
ชีวิตสุขสบายมาตั้งแต่เด็กและได้แต่งงานมีครอบครัวที่อบอุ่น มีลูกน้อยวัย  
กำลังน่ารักอายุเพียง 3 ขวบ พ่อแม่ของสามีก็รักเธอมากเช่นเดียวกัน ข้าพเจ้า  
จำได้ว่าในคินที่ย้ายเธอมาจากห้องพิเศษเพื่อเข้ารับการรักษา ควบคุมและ  
ป้องกันการแพร่กระจายเชื้อไวรัสโรคที่หอผู้ป่วยแยกโรคนั้น มีญาติทั้งฝ่ายสามี  
และฝ่ายของเธอเองมาส่งหลายคนจนแน่นบริเวณหน้าหอผู้ป่วย เป็นความ  
ทุกข์ทรมานจิตใจทั้งของตัวผู้ป่วยและญาติเป็นอย่างมากเมื่อทราบกฎระเบียบ  
และข้อกำหนดต่างๆที่ต้องแยกผู้ป่วยให้อยู่คนเดียวโดยไม่มีญาติเฝ้า มีการจำกัด  
การเยี่ยมของญาติ อีกทั้งญาติที่เข้าเยี่ยมต้องใส่เครื่องป้องกันร่างกายทางการ  
แพทย์ซึ่งอาจจะดูแปลกแตกต่างไปจากการเข้าเยี่ยมผู้ป่วยของหอผู้ป่วยอื่นๆ  
เมื่อทราบเช่นนั้นแล้วผู้ป่วยดูมีอาการกระสับกระส่ายและหอบเหนื่อยมาก  
สีหน้าของญาติก็ดูกังวลอย่างที่สุด แต่เหนือสิ่งอื่นใดพยาบาลไม่ได้ดูแล  
แค่ร่างกายของผู้ป่วย ยังต้องคำนึงถึงจิตใจของผู้ป่วยและญาติด้วยเช่นกัน  
พยาบาลเราจะช่วยอะไรได้บ้าง

กฎมีไว้แหกใจหรือไม่ ณ เวลานั้น คำตอบคือ “ใช่” แต่เมื่อคิดจะ  
แหกกฎก็ต้องปลอดภัยด้วยเช่นกัน ดังนั้นสิ่งที่ทำได้คืออนุญาตให้สามีของ  
ผู้ป่วยอยู่เฝ้าผู้ป่วยได้ แต่ก่อนที่จะให้สามีอยู่เฝ้าได้นั้น พยาบาลได้สอนวิธีการ  
สวมใส่เครื่องป้องกันร่างกายอย่างเข้มข้นและได้แจ้งถึงความเสี่ยงที่สามีผู้ป่วย  
อาจได้รับ เช่น ความเสี่ยงที่จะติดเชื้อไวรัสโรค สามีของผู้ป่วยยอมรับความเสี่ยง  
ที่จะเกิดขึ้น ขอเพียงเขาได้อยู่กับภรรยาที่รักในวาระสุดท้ายเช่นนี้ เขาไม่ยอม

หึ่งเธอไปแม้แต่เสี้ยววินาทีเดียวเพราะเขาไม่รู้ว่าความตายจะมาถึงตอนไหน เวลาไหน แต่ก็รู้ว่าความตายนั้นมีอยู่จริงและกำลังืบคลานเข้ามาหาภรรยาของเขา ข้าพเจ้าได้ฟังดังนั้นก็คิดว่าในความโศคร้ายที่ต้องพบเจอกับโศคร้ายของผู้ป่วยท่านนี้ ก็ยังมีความโชคดีแฝงอยู่ คือเธอไม่ได้เผชิญความทุกข์ทรมานอย่างโดดเดี่ยว ในวาระสุดท้ายของชีวิตที่ต้องจากกันของคนทีรัก อะไรที่ผู้ป่วยและญาติและคนที่รักกันต้องการมากที่สุดเมื่อต้องถึงวันลาจากไปไม่มีวันที่จะกลับมาเจอกันได้อีก สิ่งนั้นก็คงหนีไม่พ้น การใช้ทุกวินาทีที่เหลืออยู่ให้คุ้มค่าที่สุดกับคนที่รัก ถึงแม้ว่าจะทำได้เพียงการนั่งข้างๆ เฝียงและกุมมือกันไว้ทั้งคืน การได้พูดคุยสะสางสิ่งที่ค้างค้างในใจของทั้ง 2 คน การได้กล่าวลาจากกันเมื่อถึงวาระสุดท้าย นั่นคงเป็นความสุขที่หาได้ในเวลาที่จำกัดเช่นนี้ หลังจากที่สามมิได้อยู่เฝ้าผู้ป่วยตลอดทั้งคืนนั้น ข้าพเจ้าสังเกตว่าผู้ป่วยดูสงบลง ไม่กระสับกระส่ายมาก และสามารถที่จะเอนหลังลงนอนได้มากขึ้น และคำพูดที่ว่า “ฉิตยาให้หนูตายเถอะ หนูไม่ไหวแล้ว” ก็ค่อยๆ ห่างออกไป ณ เวลานั้นทำให้ข้าพเจ้าเข้าใจได้เลยว่าอะไรก็คงไม่สำคัญเท่าความรัก ความอบอุ่น มีสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจที่จะนำพาเธอก้าวผ่านความทุกข์ทรมานทางกาย และทำให้จิตใจสงบลง

เข้ามิตของวันนั้นพ่อแม่ของเธอได้มาเยี่ยม พ่อได้กอดเธอไว้ และเธอก็ได้พูดประโยคเดิมอีกครั้ง “ฉิตยาให้หนูตายเถอะ หนูไม่ไหวแล้ว” ซึ่งครั้งนี้เป็นครั้งสุดท้ายที่เธอพูดประโยคนี้ หลังจากหมอได้ปรับมอร์ฟินให้ เธอเริ่มสงบลงอีกครั้ง และได้จากไปท่ามกลางพ่อแม่และสามมิอันเป็นที่รัก แยกโรคแต่ไม่แยกรัก ขอให้เธอไปสู่สุคติ

รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2562

# อยู่หรือไป ใครตัดสินใจ

สุพรรณภา กั้นนะลา

งานการพยาบาลศัลยศาสตร์ฯ

ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช

“

ธรรมชาติของชีวิตมนุษย์คือ เกิด แก่ เจ็บ และตาย แต่ชีวิตบางคนยังไม่แก่ ต้องตายก่อนก็มี ชีวิตคนเราไม่ว่าจะยากดีมีจน ร่ำรวยสิ้นฟ้า หรือแค่คนที่นอนข้างถนน ล้วนต้องตายด้วยกันทั้งสิ้น ขึ้นกับว่าใครจะตายช้าหรือเร็ว แล้วแต่บุญกรรมที่ทำกันมา หากมีคนถามดิฉันว่าความหมายของชีวิตคืออะไร? ดิฉันก็ขอเปรียบเปรยว่า “ชีวิตคือการเดินทาง” เดินทางไปบนเส้นทางแห่งความไม่แน่นอน รูปแบบการเดินทางของชีวิตแต่ละคนก็แตกต่างกันไป หลายๆ ครั้งเราเดินทางไปเจอกับทางตัน ที่ทำให้เราต้องถอยมาตั้งหลัก แล้วค่อยหาเส้นทางเดินใหม่ หลายๆ ครั้งเราก็ถึงทางแยก ทางแยกที่ต้องตัดสินใจว่าควรเลือกไปเส้นทางไหนดี แต่ก็อย่างงี้ที่ทุกคนคงทราบกันดีว่า “การเดินทางบนเส้นทางนี้ มันเป็นเส้นทางที่ไม่แน่นอน” เราไม่มีทางรู้ได้เลยว่าเส้นทางที่เราเลือกข้างหน้าจะเป็นอย่างไร การที่ดิฉันได้ทำงานเป็นพยาบาล ทำให้ดิฉันได้เห็นการเดินทางมาถึงทางแยกของผู้คนมากมาย ทางแยกที่เล็กบ้างใหญ่บ้าง รวมถึงการเดินทางที่มาถึงทางแยกบนถนนเส้นใหญ่ของชีวิตผู้ชายคนหนึ่ง ที่สอนให้ดิฉันได้เข้าใจกับความหมายของ การตัดสินใจเลือก

ทางเดินของชีวิต

ชายคนหนึ่งมีอาชีพการทำงานที่มั่นคง มีภรรยาที่น่ารัก และลูกแฝดเล็กๆ 2 คน ด้วยวัยเพียง 41 ปี เขาได้รับการตรวจพบว่าเป็นมะเร็งตับ ความหวังของเขาได้รับการแก้ไขเบื้องต้น ด้วยการตัดตับเดิมออก แล้วนำตับจากผู้บริจาคใส่เข้าไปแทน แต่แล้วความหวังที่เพิ่งเกิดขึ้นมานั้นได้ดับวูบลง เมื่อผลพยาธิวิทยาของตับเดิมพบว่ามีการกระจายของมะเร็งไปทั่วร่างกาย ต้องได้รับการฉายรังสีและยาเคมีบำบัด ความหวังเริ่มริบหรี่ แต่เขาก็ลุกขึ้นสู้พร้อมรับการรักษาทุกอย่างเพื่อครอบครัว จากนั้นเขาต้องเข้าออกโรงพยาบาลบ่อยครั้ง ด้วยเรื่องอาเจียนเป็นเลือด ปวดท้อง รับประทานอาหารไม่ได้ จนล่าสุดเขามีปัญหาแน่นอึดอัดท้องมาก ไม่ผายลม ไม่ถ่ายอุจจาระ ต้องนอนโรงพยาบาลอีกครั้ง คราวนี้เขาได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคทางเดินอาหารอุดตัน ต้องได้รับการผ่าตัด แต่ด้วยร่างกายของเขาที่ซูบผอม แก้มตอบ ตาลึกโหลจากการที่ร่างกายขาดสารอาหารมานาน เพราะรับประทานอาหารไม่ได้ ร่วมกับการกระจายของมะเร็งเข้าสู่ระยะสุดท้าย ทำให้ผลของการผ่าตัดอาจออกมาไม่ดี ถึงอาจเสียชีวิตขณะผ่าตัด แต่อาการปวดท้องทำให้เขาทุกข์ทรมาน แล้วจะทำอย่างไรให้เขาพ้นจากความทรมานนี้ ทั้งความเจ็บปวดทางกายและความเจ็บปวดทางใจ

กลางดึกคืนหนึ่ง หลังจากที่ข้าพเจ้าเข้าไปตรวจเยี่ยมตามปกติของเวรดึก เขาดูวิตกกังวล นอนไม่ได้ เขาบอกว่านอนไม่หลับ จึงแนะนำให้เขารับประทานอาหารนอนหลับ แต่เขาปฏิเสธ หลังจากที่พูดคุยเพื่อคลายความกังวล เขาขอพบแพทย์ผู้รักษา หน้าที่ของเราจึงทำหน้าที่ประสานงานให้ เมื่อแพทย์

เข้าไปพบ เขาอยากทราบถึงแนวทางการรักษาอีกครั้ง แพทย์ได้อธิบายเรื่องความเสี่ยงหากต้องผ่าตัด หลังได้ฟังคำแนะนำ เขาเอ่ยประโยคหนึ่งว่า “หรือว่าผมจะกลับไปสงบที่บ้านดี” ประโยคนี้ฟังดูแล้วชวนให้หดหู่อย่างยิ่ง แต่ก็ทำให้เราทราบได้ว่า เขายอมรับในภาวะโรคที่เขาเป็นได้ ต่อมาเขาได้เอ่ยอีกประโยคที่ดูเจ็บปวดมากกว่าคือ “แต่ภรรยาอยากให้มีผู้ ผมขอสู้เพื่อภรรยาอีกครั้ง” แพทย์รับปากจะไปรายงานอาจารย์แพทย์อีกครั้ง ขอให้ผู้ป่วยนอนก่อน ความรู้สึกของข้าพเจ้าในตอนนั้น อยากเปิดธรรมะหรือบทสวดมนต์ให้เขาฟัง แต่กลัวว่าเขาจะรับไม่ได้ หรืออาจแสดงความเสียใจออกมา ซึ่งเขาคงไม่อยากให้เราเห็น สิ่งที่ข้าพเจ้าทำคือ ตะแคงให้กำลังใจพร้อมรับปากว่า จะติดต่อประสานงานให้แพทย์คุยกับภรรยา จากนั้นเขาดูสงบได้ ไม่ร้องปวดแน่นท้องอีก แต่ในความเป็นจริงเขาต้องนอนไม่หลับและเจ็บปวดทั้งทางกายและใจแน่ ทางเลือกของเขาคืออะไร ภรรยาบอกให้เขาสู้ แต่ตัวเขาเองอยากไปสงบที่บ้าน อยากกลับไปใช้ชีวิตที่เหลือกับครอบครัว

คิดอีกด้านของภรรยา การที่เรารักใคร่สักคน เราก็อยากให้คนคนนั้นอยู่กับเราไปตลอด แต่ถ้ามีวันหนึ่ง คนๆนั้นกำลังจะจากเราไปตลอดกาล เราจะรู้สึกอย่างไร เราจะทำทุกวิถีทางให้เขาอยู่กับเราหรือไม่ หรือปล่อยให้เขาไปเพื่อที่เขาจะไม่ต้องทรมานอีก มันเป็นเรื่องยากที่ต้องตัดสินใจ เราจะเลือกให้เขาเจ็บปวดน้อย แต่ไปเร็วขึ้นหรือเจ็บปวดมากแต่ไปช้าลง หรืออาจจะเจ็บปวดมากและไปเร็วขึ้น แต่ไม่ว่าทางเลือกแบบไหนเขาก็ต้องไปสู่สุดท้ายทุกคนก็ต้องเสียใจอยู่ดี

ข้าพเจ้าต้องทำอย่างไร ให้เรื่องนี้จบลงได้ “อยู่หรือไป ใครตัดสินใจ”

หน้าที่ของเราคือการประสานงานให้ทุกฝ่ายทำความเข้าใจให้ถูกต้องเกี่ยวกับภาวะของโรค ผลที่ผลเสียจากการผ่าตัด แล้วให้ทั้งเขาและภรรยาตัดสินใจร่วมกันในการเลือกทางเดินของชีวิต

อีกหนึ่งวันต่อมา ภรรยาของเขาได้มาติดต่อขอพาผู้ป่วยกลับบ้าน บอกว่าได้พูดคุยกับอาจารย์แพทย์เรียบร้อยแล้ว รับทราบภาวะของโรค ตอนนั้นข้าพเจ้าอยากบอกกับภรรยาของผู้ป่วยเหลือเกินว่าทำถูกต้องแล้ว เราควรเคารพในการตัดสินใจของตัวผู้ป่วยเอง ไม่ว่าเราจะรักแค่ไหน อยากให้อยู่แค่ไหน แต่เราจะสู้กับความตายได้อย่างไร นอกจากยอมรับและทำใจกับทุกๆสิ่งที่กำลังจะเกิดขึ้น หน้าที่ที่สำคัญที่สุดของพยาบาลอย่างเราคือการแนะนำแนวทางการดูแลผู้ป่วยที่อยู่ในระยะสุดท้าย นั่นคือการให้แนวทางการดูแลที่ครบถ้วนในทุกองค์รวม ไม่ว่าจะเป็นด้านร่างกาย จิตใจ จิตวิญญาณของผู้ป่วยและผู้ดูแลให้สามารถยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้นได้ และเผชิญกับความตายได้อย่างสงบสุข





รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2562

# ความภาคภูมิใจ ของชายชาติทหาร

ณัชชา วงษ์บุญเพ็ง

โรงพยาบาลสระบุรี

“

กรี๊ดๆ เสียงโทรศัพท์ดังขึ้น ต่อด้วยเสียงหัวหน้าเวรบายสั่งลูกน้องว่ามีรับไหมให้เตรียมเตียงหนึ่งไว้ด้วย อากาการค่อนข้างหนัก ฉันทันฐานะหัวหน้าเวรตึก ได้รับการส่งเวรมาว่าคนไข้ใหม่ที่จะมาเป็นคนไข้มะเร็งตั้บระยะสุดท้าย และสงสัยว่าจะแตกแล้วด้วย งานเข้า!! ในใจคิด แผนการดูแลคนไข้ระยะท้ายเหมือนถูก Download โดยอัตโนมัติ สิ่งหนึ่งคือคงต้องคุยกับญาติให้เร็วที่สุด เพราะจากประสบการณ์คนไข้คงอยู่ได้ไม่เกิน 2 วัน

สั้กพักคนไข้ก็ขึ้นมาบนตึก ดูเหนื่อยเพลียท่าทางอ่อนแรงและเริ่มมีอาการปวดบ้าง น้องพยาบาลรับคนไข้ลงเตียงและให้ออกซิเจน สั้กครู่หลังจากที่เรารับเวรเสร็จ ฉันทันได้เชิญญาติมาสอบถามประวัติโดยแยกตัวออกมานั่งคุยกันข้างนอกห่างจากจุดที่ทุกคนกำลังยุ่งกับการดูแลคนไข้

“น้องเป็นอะไรกับคนไข้คะ” ฉันทันถามถึงความสัมพันธ์

“เป็นลูกสาวคะ แม่และพี่สาวกลับบ้านไปแล้วจะมาใหม่ในตอนเช้าคะ”

“น้องมีพี่น้องกี่คนคะ”

“สองคนคะ”

เพื่อให้แน่ใจถึงการรับรู้เรื่องโรคของคนไข้จึงได้ถามว่า”น้องรู้หรือเปล่าคะ ว่าพ่อเป็นโรคอะไร”

“รู้ค่ะหมอบอกว่าพ่อเป็นมะเร็งตับระยะสุดท้ายสงสัยจะแตกแล้วด้วย พ่อก็รู้ค่ะ หมอบอกว่ารักษาไม่ได้ รักษาได้แค่ประคับประคองค่ะ ทุกคนในครอบครัวรับรู้เรื่องนี้กันหมดแล้ว หมอบอกว่าจะอยู่ได้ไม่นาน เราเลยคุยกันในครอบครัวว่าจะไม่ใส่ท่อช่วยหายใจ และไม่มัดหัวใจค่ะ” ลูกสาวเล่าโดยมี น้ำตาคลอ

หลังจากนั่งรับฟัง ฉันได้เริ่มคุยเพื่อหาเป้าหมายร่วมในการดูแล “ถึงแม้ว่าเราจะไม่สามารถรักษาโรคของคนไข้ได้ แต่เราสามารถช่วยทำให้คนไข้ไม่ทรมานจากอาการต่างๆ เรามาช่วยกันทำให้คนไข้จากไปอย่างมีความสุขและไม่ทุกข์ทรมานดีไหม ซึ่งเราต้องมาร่วมมือกัน น้องรู้หรือเปล่าว่่า พ่อเขามีสิ่งที่ยากทำหรือสิ่งค้างคาใจ ยังห่วงกังวลอยากทำให้สำเร็จมีเรื่องอะไรบ้าง เพราะเราเชื่อว่าถ้าคนไข้ไม่มีสิ่งค้างคาใจเขาจะได้จากไปอย่างมีความสุขหมดความห่วงกังวล”

ลูกสาวคิดสักครู่ก่อนบอกว่า “เรื่องห่วงหนูสองคนกับแม่คงไม่มีหรอกค่ะ หนูเรียนจบมีงานทำกันทั้งสองคน ส่วนพี่สาวก็มีครอบครัวแล้ว แต่มีสิ่งหนึ่งที่พ่อภาคภูมิใจมากคือการได้ติดยศเพราะเขาทุ่มเททำงานเขาคงจะภาคภูมิใจมาก พ่อรอมาทั้งชีวิตค่ะ”

คำว่าความปรารถนาครั้งสุดท้าย แวบมาในความคิดฉัน “แล้วจะได้ติดยศเมื่อไหร่”

ลูกสาวตอบ “อาทิพย์หน้าค่ะ เจ้านายใหญ่ของพ่อเขาไปต่างประเทศ”

“พีเกรงว่าพ่อคงจะอยู่รอไม่ไหว หากเป็นไปได้ เรามาช่วยให้พ่อได้  
สมหวังในเรื่องนี้ดีไหม พีคิดว่า พรุ่งนี้เข้าไปคุยกับหัวหน้าพ่อได้หรือเปล่า  
ว่าพ่ออาการหนักมากขึ้น ขอให้ช่วยพ่อเป็นครั้งสุดท้าย คือ ถ้าเป็นไปได้ขอร้อง  
ให้เขามาติดยศให้พ่อที่โรงพยาบาลได้ไหม พ่อคงจะรู้สึกดีมาก ที่ช่วยให้พ่อ  
ได้สมหวังและภาคภูมิใจ”

ลูกสาวมีรอยยิ้ม “คะพี หนูจะไปคุยกับแม่คะ”

ฉันให้ความมั่นใจว่าพร้อมจะช่วยคนไข้ “ระหว่างนี้ถ้ามีปัญหาข้อสงสัย  
กังวลใจเกี่ยวกับอาการ หรือภาวะโรคหรือมีสิ่งใดให้พีช่วยเหลือก็บอกได้นะ  
พียินดีค่ะ”

แม้ใช้เวลาเพียงไม่นาน แต่เราต่างมีความเข้าใจถึงเป้าหมายเดียวกัน  
ที่จะช่วยให้คนไข้ได้ภาคภูมิใจ ตลอดการทำงานในเวรนั้น ฉันครุ่นคิดตลอดว่า  
จะช่วยเขาอย่างไรดี ถ้าไม่เป็นที่ตามแผนที่ย่างไว้ เราอาจต้องบุกไปถึง  
ค่ายทหารหรือเปล่านะ เอาไว้เป็นวิธีสุดท้ายละกัน เวลาประมาณตีสามกว่าๆ  
คนไข้บอกปวดมากจึงฉีดยาแก้ปวดให้ตามที่หมอสั่งไว้ หลังจากนั้นคนไข้  
หลับได้จนถึงเช้า

รุ่งเช้าหลังจากที่เราทำงานเสร็จ ภรรยาคนไข้ก็มาพอดิ ฉันได้ชวนลูกสาว  
มาคุยพร้อมภรรยาคนไข้ ซึ่งได้เล่าทั้งน้ำตาว่า วันที่สามได้รับโทรศัพท์จากที่  
ทำงานว่าจะได้ติดยศ เขาเปลี่ยนไปจากคนที่อ่อนเพลียไม่มีแรงเอาแต่นอน  
บนเตียงเพราะท้องเริ่มบวมโตและอึดมากขึ้น มาเป็นคนที่สามารถลุกขึ้นมา  
รีดเสื้อผ้าและลองชุดที่จะใส่ติดยศด้วยสีหน้าซึ่งยิ้มแย้มมีความสุขแล้วยังพูด  
ติดตลกว่า “ไม่รู้จะใส่ได้เปล่าพุงมันออกเยอะ” ภรรยาบอกว่า “สามีเป็นคนดี

ไม่เคยว่าลูกเมียให้เจ็บช้ำน้ำใจ ตั้งใจทำงานมาก และรอมาทั้งชีวิตว่าจะได้  
ติดยศในครั้งนี้ มันเป็นเรื่องที่เขาภาคภูมิใจมาก เย็นวันที่ได้ข่าวดีตัวเขาเริ่มมี  
อาการปวดอึดอัดแน่นท้องมากขึ้น เขาอดทนมาก บอกว่าจะไม่ยอมมาโรงพยาบาล  
แต่ฉันกับลูกสาวขอร้องให้มาเพราะคุณอาการไม่ดีขึ้น เขาจึงยอมมา”

ฉันได้ทบทวนเรื่องที่คุยกับลูกสาว “เรื่องติดยศ หนูเกรงว่าคนไข้จะรอ  
ไม่ไหว คุณป้าลองไปคุยกับหัวหน้าเขาได้หรือเปล่าว่าคนไข้อาการหนักมาก  
จะรอไม่ไหว ถ้าขอร้องให้ท่านมาติดยศให้ที่โรงพยาบาลได้จะดีมาก หรือ  
ทำอย่างไรก็ได้ที่ทำให้คนไข้รู้สึกว่าเขาได้ติดยศแล้ว คนไข้เขาจะได้จากไป  
อย่างภาคภูมิใจและมีความสุข เรามาช่วยกันทำให้คนที่เรารักมีความสุข  
ทำความต้องการครั้งสุดท้ายของคนไข้ให้เป็นจริงกันนะคะ”

ภรรยา “คะ เตียวเขานี้จะโทรไปคุยกับท่าน”

แล้วเราก็แยกย้ายกันเพราะใกล้เวลาที่ฉันจะต้องส่งเวรแล้ว ในใจ  
ก็คิดว่าน่าจะขอให้สำเร็จทีเถิด ฉันได้ส่งต่อให้น้องเวรเข้ารับรู้อเรื่อง  
ความปรารถนาของคนไข้ ให้ทีมเราช่วยกันทำให้ครอบครัวได้ทำตาม  
ความต้องการดังกล่าว เมื่อฉันกลับมาขึ้นเวรดึกอีกครั้งกลับพบว่า เตียงคนไข้  
ว่างเปล่าเสียแล้ว ฉันรู้สึกใจหาย รีบไปถามข้อมูลกับน้องๆ น้องต่างเล่าให้ฟัง  
ว่าในเวรเช้าหลังจากรับเวรเสร็จ ภรรยาได้มาแจ้งว่าเจ้านายรับทราบอาการ  
และความต้องการของผู้ป่วยแล้ว เจ้านายพร้อมที่จะช่วยให้ความฝันของคนไข้  
เป็นจริง และจะเดินทางมาติดยศให้ผู้ป่วยที่โรงพยาบาลเวลาประมาณ 4 โมง  
เย็น ช่างเป็นข่าวดีที่ทำให้ทีมพยาบาลต่างตื่นเต้นดีใจกัน น้องพยาบาลได้  
ไปแจ้งคนไข้ให้รับรู้และร่วมแสดงความยินดีกับคนไข้ น้องเล่าว่า พอได้รับข่าวดี

ว่าเจ้านายจะมาติดยศให้ที่โรงพยาบาล คนไข้มีสีหน้าสดชื่น ยิ้มแย้ม ดูมีความสุข แล้วยังหายใจได้โดยไม่ต้องใส่ออกซิเจนขณะเตรียมเปลี่ยนเสื้อผ้าให้พร้อมรับการติดยศ คุณทำทางคนไข้ไม่อ่อนแรง หรือแสดงอาการเหนื่อยหรือเพลีย ราวกับเป็นคนคนละคน ฉันคิดว่า ชาวดีนี่เป็นพลังวิเศษที่เยียวยาคนไข้ได้เป็นอย่างดี ...พลังสุดท้าย...

น้องเล่าต่อว่า ท่ามกลางญาติพี่น้อง ภรรยา ลูกสาวทั้งสองคน และหลานที่คนไข้รักมาก ต่างมาร่วมยินดีกับผู้ป่วยอย่างพร้อมเพรียง ทีมพยาบาลเปิดโอกาสให้ครอบครัวและญาติพี่น้องได้ดูแลกันอย่างใกล้ชิด เพราะอาจเป็นโอกาสสุดท้ายที่พวกเขาเหล่านั้นจะได้พูดคุยแสดงความรัก และถ่ายทอดความรู้สึกดีๆ ที่มีต่อกัน ให้พวกเขาได้ใช้เวลาอยู่ร่วมกันให้นานที่สุด

เวลาประมาณบ่ายสามภรรยาแจ้งว่าเจ้านายเดินทางมาถึงแล้ว พวกเขาจึงช่วยอำนวยความสะดวกจัดสถานที่ตามที่ต้องการและได้เข้าไปร่วมยินดีกับคนไข้ด้วย ในตอนนั้นคนไข้ยังรู้สึกตัว สีหน้ามีรอยยิ้ม ดูสงบผ่อนคลายพอติดยศเสร็จ หลังจากเจ้านายกลับไป เวลาเกือบห้าโมงเย็น คนไข้ก็เริ่มซึ่มลง ความดันโลหิตต่ำลงเรื่อยๆ ระหว่างนั้นน้องพยาบาลที่ดูแลได้อธิบายอาการเปลี่ยนแปลงกับญาติ ซึ่งต่างมารวมกันที่เตียง น้องให้ญาติได้กล่าวลา ภรรยาบอกคนไข้ถึงสิ่งดีๆ ที่คนไข้เคยทำและมีความสุข ญาติบางคนกล่าวขอให้คนไข้ ไปสู่สุคติ และได้ส่งเสียง พุทโธ พุทโธ ที่ข้างหูคนไข้ จนถึงเวลาเกือบสองทุ่มครึ่ง ลมหายใจแผ่วลงจนหมดลมหายใจ คนไข้จากไปอย่างสงบ ท่ามกลางความรักความอบอุ่นของญาติพี่น้อง และความภาคภูมิใจของชายชาติทหารคนหนึ่ง

พอได้ฟังน้องเล่าจบฉันรับรู้ถึงความปิติของน้องๆ รวมถึงตัวฉันเอง  
ในใจไม่คิดว่าเจ้านายเขาจะใจดีขนาดนี้ พวกเราดีใจมากที่คนไข้ได้สมปรารถนา  
ครั้งสุดท้าย

ขอบคุณอะไรก็แล้วแต่ที่ทำให้เรื่องราวดีๆ เหล่านี้เกิดขึ้น ในฐานะ  
พยาบาล สิ่งดีๆ ที่เกิดขึ้นในครั้งนี้เป็นกำลังใจสำคัญที่ทำให้เรามีความสุข  
และเป็นแรงผลักดันอย่างมากที่ทำให้พยาบาลอย่างฉัน มีพลังที่อยากดูแล  
ผู้ป่วยแบบประคับประคองต่อไป

ที่ผ่านมา..ภาระงานที่มากทำให้เราเร่งรีบและเรามักมุ่งเน้นการดูแล  
ทางกายเป็นสำคัญ แต่บทเรียนจากคนไข้รายนี้ จะทำให้เราและทีมเข้าใจ  
เรื่องการดูแลแบบองค์รวมที่ยึดผู้ป่วยเป็นศูนย์กลางมากขึ้น เวลาเพียงน้อยนิด  
ไม่ได้เป็นอุปสรรคในการพูดคุยค้นหาความต้องการของคนไข้หรือครอบครัว  
หากเราสนใจ ใส่ใจและเข้าใจ ความดีที่ทำ แม้ไม่มีใครเห็น แต่เป็นความอึดใจ  
ความสุขใจที่เยียวยาพวกเราได้เป็นอย่างดี





รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2562

เมื่อความสุข ...  
สำคัญกว่า  
ดัชนีทางการแพทย์

อภิชนา วรพันธ์

“

ชีวิต...เป็นสิ่งที่ไม่แน่นอน อะไรก็เกิดขึ้นได้เสมอ แม้จะป้องกันให้ดีอย่างไรก็ตาม สิ่งที่เราจะทำได้ก็จะเป็นการเตรียมตัวเองให้พร้อมที่จะรับมือกับความเปลี่ยนแปลงใดๆ

ช่วงต้นปี 2561 คุณแม่วัยย่าง 85 ปี ยังมีสุขภาพแข็งแรงดี ไปไหนมาไหนได้คล่อง โดยมีคนที่บ้านไปเป็นเพื่อนด้วย แม้จะมีภาวะเบาหวานของผู้สูงวัย และภาวะอัลไซเมอร์เริ่มปรากฏชัดมากขึ้น แต่คนภายนอกก็อาจไม่ทราบ นอกจากเห็นว่าถามซ้ำๆ แบบคนสูงอายุ

ช่วง 8 พฤศจิกายน 2561 ช่วงเช้าคุณแม่ไปเจาะเลือดเพื่อตรวจร่างกาย ขณะกลับบ้านกับคนดูแลก็เกิดหมดสติ ปัสสาวะ-อุจจาระราดโดยไม่รู้ตัว แต่สักพักก็รู้สึกตัวขึ้นมาเอง คุณแม่ไม่ยอมไปโรงพยาบาล เจ้าหน้าที่กู้ชีพจึงพาไปส่งที่บ้าน วันนั้นฉันคุยกับคุณแม่เรื่องสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นอาจเป็นสัญญาณเตือนถึงความไม่แน่นอนของชีวิต และหารือกันว่าเราคงต้องเตรียมตัวเพื่อรับความเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่จะเริ่มทยอยเข้ามา อาทิ การเพิ่มชื่อลูกๆ ในบัญชีธนาคาร หากคุณแม่ทำธุรกรรมทางการเงินไม่ได้ รวมทั้งคุยเรื่องการวางแผน

หากจะต้องเสียชีวิต หลังจากวันนั้นฉันก็ได้นำรูปคุณแม่ไปอัดขยาย และเตรียม กรอบรูปไว้ด้วย โดยที่คุณแม่ก็เห็นชอบกับรูปที่ฉันเลือก

หลังจากเหตุการณ์ครั้งนั้นภาวะของผู้ป่วยอัลไซเมอร์ก็ปรากฏชัด มากขึ้น แต่ก็ยังทำกิจวัตรต่างๆ ได้ตามปกติ แนวทางที่ฉันดูแลคุณแม่คือ เน้นเรื่องความสุข ความต้องการของคุณแม่เป็นหลัก เช่น คุณแม่ชอบกินทุเรียน และช่วงหลังจะขอตีมน้ำอัดลม 2-3 แก้วเล็กทุกวัน ฉันก็ตามใจคุณแม่ เพียง แต่หาทุเรียนที่ห่ามเล็กน้อย จะได้ไม่หวานมาก ถึงผลเลือดจะมีค่าน้ำตาล สูงกว่าเกณฑ์ไปบ้าง แต่ถ้าแลกกับความสุขของคนวัย 85 ปี ที่บอกลูกๆ เสมอ ว่า “แม่ก็อายุตั้ง 85 ปี อีกไม่นานแม่ก็ตายแล้ว กินอร่อยดีกว่า” ฉันก็เห็นด้วย เพราะคุณแม่ก็ทราบผลที่จะตามมา แต่ก็ขอเลือกทำแบบที่ตัวเองต้องการ

ณ เวลานี้ คุณแม่ยังได้ลิ้มรสความอร่อยด้วยลิ้น ฉันจะเห็นความสุข ของคุณแม่ได้เลยเมื่อได้กินของถูกปาก แต่ถ้าฉันไปควบคุมชนิดของอาหาร อย่างเคร่งครัดเพื่อรักษาดัชนีทางการแพทย์ คุณแม่ก็คงไม่ได้ลิ้มรสอาหาร ที่อยากกิน แถมมีความหงุดหงิดอยู่เสมอ แต่เมื่อเวลาผ่านไป “เกินจุด” ที่คุณแม่จะกินเองได้แล้ว อาหารอร่อยที่คุณแม่อยากกินนั้น ก็คงได้แต่จัดถวาย พระ ในมุมมองของฉัน จึงให้คุณแม่กินสิ่งที่อยากกินประมาณหนึ่ง ไม่เคร่งครัด จนคุณแม่หมดความสุข เราก็จะเห็นความสุขของคุณแม่ได้ทุกวัน

ช่วงเดือน สิงหาคม 2562 ในเดือนนี้คุณแม่มีการ “ซ้อมตาย” 2 ครั้ง ขณะที่นั่งรอตรวจตามนัดอยู่หน้าห้องคุณหมอ กำลังคุยกับคนที่บ้านอยู่ดีๆ ก็หมดสติจนต้องถูกส่งตัวไปห้องฉุกเฉิน ในระดับความฉุกเฉินที่ 1 แต่ไม่นาน ก็รู้สึกตัว และอีกสัปดาห์ถัดไป เมื่อไปหาคุณหมอดตามนัด หมดสติรับยา ก็เกิด

หมดสติจนต้องถูกส่งไปห้องฉุกเฉินอีก ครั้งนี้ระดับความฉุกเฉินที่ 2 และก็รู้สึกตัวในเวลาไม่นาน ทั้ง 2 ครั้งนี้ไม่ต้องนอนโรงพยาบาล แต่ทั้ง 2 ครั้งนั้น ทำให้ฉันเห็นความถดถอยของสังขารของคุณแม่มากขึ้น เห็นความไม่แน่นอนของชีวิตมากขึ้น

ตั้งแต่ปลาย สิงหาคม 2562 เป็นต้นมา คุณแม่กินอาหารแต่ละมื้อได้น้อยลงมาก โดยคุณแม่ก็บอกว่าไม่ยอมให้ Feed อาหาร จะพยายามกินเองดีกว่า แต่ก็กินได้ไม่มาก กินเท่าที่กินได้ ซึ่งฉันก็เข้าใจดีว่าเป็นความถดถอยของร่างกาย จึงไม่ได้พยายามฝืนให้กินเหมือนที่เคยกิน เพราะจะทำให้คุณแม่หงุดหงิด และหมดความสุข

และเนื่องจากช่วงที่ผ่านมาคุณแม่มีอาการหมดสติติดๆ กัน และมักบ่นเหนื่อยมากขึ้น ซึ่งก็เป็นไปได้มากกว่าจะมีภาวะดังกล่าวเกิดขึ้นได้อีก หากเกิดที่บ้านและมีความรุนแรง ก็อาจเสียชีวิตได้ ซึ่งฉันคิดว่าถ้าเป็นลักษณะนี้ คุณแม่ก็คงเหมือนหลับไป คล้ายกับสามีของฉันที่มีภาวะหัวใจขาดเลือดเฉียบพลันขณะนอนหลับ ซึ่งฉันได้เห็นแล้วว่า เป็นการเดินทางที่สบาย และสงบมาก

ฉันจึงดูแลคุณแม่ในแบบที่ยึดความสุขของคุณแม่เป็นหลัก พยายามทำความเข้าใจสภาพร่างกายของคนวัย 85 ปี โดยไม่ได้กังวลกับการจะต้องเคร่งครัดกับดัชนีทางการแพทย์ หรือค่าตัวเลขต่างๆ มากเกินไป และพยายามเตรียมตัว เตรียมใจ และเตรียมการต่างๆ ไว้ล่วงหน้า เพราะจะทำให้เรารับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างไม่ยุ่งยากนัก อีกทั้งเราจะไม่รู้สึกทุกข์จนเกินไป เพราะผ่านการยอมรับของใจมาแล้วระดับหนึ่ง

ขอเพียง...  
ยังมีหวัง

ศิริณี จันทรีเพชร

ศูนย์อนันตชีวรักษ์ โรงพยาบาลเจริญกรุงประชารักษ์

“

เมื่อยังมีชีวิต ทุกคนย่อมมีความหวัง เพราะความหวังคือพลังผลักดัน ให้เข้มแข็ง สามารถฝ่าฟัน อุปสรรคนานาประการ เพื่อถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้ เช่น คุณลุงท่านหนึ่งที่มีความหวังสุดท้ายของชีวิตคือ การกลับไปตายที่บ้านเกิด แม้จะดูยากลำบาก แต่ก็พร่ำบอกทุกคน ทุกวัน ถึงความปรารถนาอันแรงกล้านี้

คุณลุงอายุ 70 ปีเศษแล้ว ป่วยด้วยโรคมะเร็งผิวหนัง ลุกกลามไปมากถึง ต่อม้ำเหลืองขาหนีบ คุณลุงปฏิเสธการตัดขาตั้งแต่แรก หนีการรักษามานาน จนถึงขณะนี้ไม่สามารถรักษาได้อีก คุณหมอทำได้เพียงการรักษาตามอาการ และชะลอการลุกลามอันรวดเร็ว ที่คุกคามต่อชีวิตคุณลุง ด้วยการฉายรังสี เป็นระยะจนพอควบคุมอาการได้ ไม่ปวด แผลไม่มีเลือดออก ไม่ติดเชื้อเพิ่ม

คุณลุงนอนโรงพยาบาลเป็นเวลานานกว่า 3 เดือนแล้ว ด้วยการใช้สิทธิ์ ฉุกเฉิน ประกันสุขภาพโรงพยาบาลรัตนวาปี หนองคาย สิ่งที่ค้างคาใจและ ปรารถนาสูงสุดคืออยากกลับบ้านทุกวัน แต่ไม่สามารถติดต่อญาติได้เลย แพทย์ เจ้าของไข้ ส่งปรึกษาทีมดูแลระดับประคอง ศูนย์อำนวยการชีวิตชีวิตรักษ์ เพื่อร่วมดูแล เพราะไม่มีการรักษาใดๆ อีกแล้ว รอเพียงการดูแลอาการรบกวนและตอบสนอง

ความต้องการสุดท้าย ของผู้ป่วยเท่านั้น ตลอดระยะเวลากว่า 1 เดือนที่ เราเข้าไปดูแลคุณลุง ปัญหาที่พบและคุณลุงต้องการมากที่สุดคือการกลับบ้าน เกิดที่หนองคาย ทุกครั้งจะมีคำถาม “หลานเขาวัยยังงี้บ้าง จะมารับเมื่อไหร่ เลื่อนมา 10 ครั้งแล้วนะ อยากกลับบ้านเหลือเกิน เปื่อโรงพยาบาลแล้ว อยากกลับไปกินอาหารพื้นบ้านที่มีรสชาดมากกว่านี้ ที่นี่กินแต่ไข่ๆ” พร้อมกับใบหน้าที่ซีดเซียว และเบื่อหน่าย แต่แวตากลับมีความหวังเมื่อ เอย์ถึงบ้านหลานชายที่เป็นผู้ดูแลเงินคนชราของคุณลุงอยู่ แสดงอาการแข็งขัน และพูดชัดเจน “ไม่ปวดแล้ว นั่งได้ กินได้ ผลก็ดีแล้ว ขอแค่มีคนพานั่งรถไฟ กลับไปเท่านั้นแหละ”

ทุกคนในทีม ช่วยกันหาวิธีการพาคุณลุงกลับบ้าน พยายามโทรศัพท์ หาหลานชายที่หนองคายเป็นสัปดาห์ ครั้ง หลานยังคงป่วยเบี่ยงและยืนยันว่า ไม่สามารถดูแลคุณลุงได้อีก เพราะมีภรรยาที่บ้านอยู่แล้ว แต่หากคุณลุง เสียชีวิตก็จะมารับศพไปประกอบพิธีได้ มันช่างน่าเศร้าสำหรับเราจริงๆ ในที่สุด เขาก็ส่งต่อให้เบอร์โทรศัพท์ลูกชายที่คุณลุงไม่เคยเอย์ถึงกับเรา เพื่อให้มา จัดการแทน เป็นเรื่องยากสำหรับคุณลุง เนื่องจากรู้ว่าคงจะไม่ได้รับการ ตอบสนองจากลูกชายเป็นแน่นอนเพราะการกระทำของตนต่อครอบครัว ทั้งภรรยาผู้เสียชีวิตแล้วและบุตรชายหญิง ทั้ง 3 คนในอดีตที่ผ่านมา ซึ่งเรา รับทราบและเข้าใจถึงความรู้สึกของทั้งสองฝ่ายอย่างดีจากการได้พูดคุย บ่อยครั้ง หลังจากติดต่อกับลูกสะใภ้ได้ เธอเล่าเรื่องของครอบครัวสามีให้เรา รู้ อย่างละเอียด เหตุผลของความเกลียดชังที่ลูกๆ มีต่อพ่อแท้ๆ คนนี้ แต่ด้วย ความมีน้ำใจและประสบการณ์ครอบครัวที่ดีของเธอ เราจึงได้แนวร่วม ในการ

ชักชวนและหว่านล้อมให้ลูกชายคุณลุงเข้าใจ และช่วยเหลือพ่อเป็นครั้งสุดท้าย ทำหน้าที่ของลูกให้ดีที่สุดอีกเพียงครั้งเดียว

และแล้วดูเหมือนความหวังของเราและคุณลุงจะมีความเป็นไปได้มากขึ้น เมื่อได้คุยกับลูกชายคุณลุงทางโทรศัพท์ และลูกชายยอมช่วยเหลือค่าพาหนะส่งพ่อกลับบ้าน แต่ขอให้ไปอยู่ที่อื่นที่ไม่ใช่ที่บ้านซึ่งพี่สาวต้องรับภาระดูแลอีก เพราะพี่สาวฐานะไม่ดีต้องดูแลหลานอีก 3 คน ไม่ต้องการให้เธอต้องเดือดร้อนมากขึ้น ปัญหาของเราอีกชั้นคือต้องหาที่อยู่ให้ลุงก่อน คงไม่มีที่ใดเหมาะเท่าสถานที่ที่ใกล้บ้าน ใกล้ครอบครัวที่สุด

สรุปจากการระดมความคิดเห็นของทีมว่าโรงพยาบาลรัตนวาปี เจ้าของหลักประกันสุขภาพของคุณลุง เป็นที่ที่เหมาะสมและคุณลุงก็มีข้อบ่งชี้ในการนอนโรงพยาบาล ทุกคนที่เกี่ยวข้องดำเนินการติดต่อประสานงานอย่างรวดเร็ว คุณหมอ และพยาบาลประสานกับคุณหมอ และพยาบาลของโรงพยาบาลรัตนวาปี ส่งเรื่องราวและข้อมูลการดูแลต่อเนื่องอย่างชัดเจน ศูนย์ส่งต่อช่วยประสานแนวทางตามระบบ เราติดต่อรถนำส่งคุณลุง ด้วยความห่วงใยและด้วยความอยากพบลูกสาวที่จะยอมมารับคุณลุงที่โรงพยาบาลตามที่เราขอร้อง เราจึงอาสาขับรถเพื่อดูแลคุณลุงระหว่างทางจนถึงที่หมายโดยปลอดภัย ได้ใช้เวลาเล็กน้อยพูดคุยให้กำลังใจลูกสาว และโน้มน้าวให้อภัยในความผิดพลาดของพ่อในอดีต

สัมพันธภาพที่ดี ระหว่างเรากับลูกสาว ลูกสะใภ้ ทำให้คุณลุงได้รับการดูแลที่เกินความคาดหวัง แม้จะพบปัญหาตามมาอีกบ้าง แต่สุดท้ายแล้วคุณลุงเข้าใจและยอมรับสภาพการนอนรักษาตัวต่อในโรงพยาบาลไม่ใช่บ้านอย่าง



ที่หวัง แต่อย่างน้อยก็เป็นจังหวัดบ้านเกิดและอุ่นใจที่ได้กลับไปอีกครั้ง ลูกสาวแม้จะฝันใฝ่มาดูแลตามคำเรียกร้องของโรงพยาบาล แต่แล้วก็เกิดเป็น ความสงสารและเต็มใจดูแลคุณลุงในที่สุด

1 สัปดาห์หลังจากส่งคุณลุงที่โรงพยาบาลรัตนวาปีเราได้รับข่าวจากลูกสาว และลูกสะใภ้ว่าคุณลุงเสียชีวิตอย่างสงบ โดยที่มีลูกสาวมาดูแลทุกวัน ลูกๆ ทั้ง 3 คน พร้อมลูกเขยที่เคยประกาศจะเลิกกับภรรยาหากจับพ่อคนนี้ไปดูแลที่บ้าน ก็กลับใจมาร่วมกันจัดพิธีศพคุณลุงอย่างสมเกียรติ ท่ามกลางชาวบ้าน ที่ร่วมช่วยงานอย่างคาดไม่ถึง สร้างความปลื้มปิติให้บุตรสาวและบุตรชาย

เมื่อความเกลียดชังหมดไปพร้อมการให้อภัยและการตอบแทนพระคุณ ครั้งสุดท้าย สิ่งที่เหลืออยู่คือความสุขของทุกคนที่อยู่เบื้องหลัง ภาพแห่งความสุข ที่เราได้เห็นจากไลน์ลูกสะใภ้ส่งให้ดู ทำให้เราชื่นใจและมีกำลังใจ ที่อยากจะทำงานเช่นนี้ต่อไปและต่อไป

การช่วยให้คนคนหนึ่งซึ่งมีลมหายใจเพื่อความหวังครั้งสุดท้ายได้สำเร็จ คือความสุข คือพลัง และความสวยงามของอีกหลายๆ คนในโลกใบนี้ ขอเพียง ให้มีหวัง





# ใจที่คิดจะช่วย

เรวดี เรืองศรี

งานการพยาบาลตรวจรักษาผู้ป่วยนอก  
ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช

“

วันนี้ฉันได้รับมอบหมายจากพี่หัวหน้าให้ดูแลผู้ป่วยรายหนึ่ง ฉันอ่านรายละเอียดในแบบส่งต่อเพื่อการดูแลต่อเนื่องที่บ้าน ผู้ป่วยของฉัน ชื่อ ป้าจันทร์ อายุ 64 ปี ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นมะเร็งหลังโพรงจมูกระยะแพร่กระจาย ปัญหาที่ปรึกษามาคือให้ทางหน่วยฯ ช่วยติดตามการฉีดยาลดอาการลิ้มเลือดต่อบ้าน ฉันตั้งคำถามในใจ เรามีปัญหาเรื่องอะไร ทำไมต้องฉีดยาชนิดนี้ด้วย แล้วผู้ป่วยเขาทราบหรือยังนะว่าป่วยเป็นโรคระยะไหนแล้ว อย่านะ มีอะไรยังห่วงหรือเปล่า หลังจากนั้นฉันได้โทรศัพท์นัดหมายกับหอผู้ป่วยเพื่อไปประเมินผู้ป่วยและผู้ดูแล

บ่ายสองโมง ฉันเดินไปเยี่ยมผู้ป่วยที่เตียง ซึ่งอยู่ที่หอผู้ป่วยพิเศษรวม แต่ละห้องจะมีผู้ป่วยอยู่ 4 เตียง ใช้ม่านกั้นอาณาเขตแต่ละเตียง ป้าจันทร์นอนอยู่บนเตียงริมหน้าต่าง ป้าจันทร์รูปร่างผอม ผิวสีน้ำตาล สีหน้าอ่อนเพลีย บริเวณโซฟาข้างเตียงมีผู้หญิงผมยาวกำลังนั่งคุยอยู่กับป้าจันทร์ ฉันเข้าไปแนะนำตัวกับผู้ป่วยและขออนุญาตสอบถามผู้หญิงผมยาว “ไม่ทราบเป็นอะไรกับป้าจันทร์คะ” เขาก็ตอบว่า “เป็นลูกสาวคะ” หลังจากนั้นฉันก็สอบถามเพื่อ

ยื่นยื่นเรื่องการเยี่ยมบ้าน ทั้งผู้ป่วยและลูกสาวสะตวง ผู้ป่วยบอกว่า “บ้านป่า อยู่จังหวัดสุรินทร์นะ จะไปเยี่ยมได้หรือ” ฉันทอบป่าว่า “ได้ค่ะ เดี่ยวพยาบาล จะประสานกับพยาบาลของรพ.สต. หรือ รพช.ใกล้บ้านให้หะคะ” คุณป่า สะตวงไหมคะ ป่าบอกว่า “สะตวงค่ะ มาได้เลย”

หลังจากทำความรู้จักกันแล้ว ฉันทเริ่มคุยกับผู้ป่วยและลูกสาวตามหัวข้อ ในแบบประเมินเพื่อการวางแผนการดูแลต่อเรื่องที่บ้าน ซึ่งแบบประเมินนี้ ช่วยให้ฉันทรู้ปัญหาและความต้องการของผู้ป่วยและครอบครัว จะได้หาทาง ช่วยเหลือได้อย่างเหมาะสม ป่าเล่าว่า เป็นมะเร็งหลังโพรงจมูกลามไปปอด กระดูกไขสันหลัง รักษาโดยการฉายแสง ต้องฉีดยาลดปลายลิ้มเลือด เนื่องจาก มีลิ้มเลือดอุดตันที่ปอด

“แล้วคุณป่ารู้สึกอย่างไรบ้างคะหลังจากทราบเรื่องนี้” ป่าบอกว่า “ไม่กังวล เพราะอายุเยอะแล้ว อะไรจะเกิดมันก็ต้องเกิด สามิฉันทก็ป่วยแบบนี้ มาก่อนเหมือนกัน” “ตอนนี้ป่าทำอะไรเองได้บ้างคะ” ป่าบอกว่า ยังตักข้าวทานเองได้ แต่ขาไม่มีแรง เดินไม่ได้ “แล้วที่มาโรงพยาบาลครั้งนี้คุณป่าหวังไว้ว่าอย่างไรคะ” “อยากให้หายเหนื่อย”

“คุณป่ายังมีเรื่องอะไรที่เป็นกังวลหรือห่วงไหมคะ” ป่าบอกว่า “อยากเห็นใบประกาศนียบัตรและถ่ายรูปกับลูกคนเล็ก” ป่าเล่าต่อว่า “ป่าเพิ่งทราบ ก็เมื่อตอนที่เขาเรียนจบแล้ว ว่าเขาไปเรียนหนังสือมา เขาทำงานเป็นภารโรง ก่อนหน้านี้อาไม่พูดอะไรเลย” ฉันทก็เลยถามป่าว่าแล้วเขารับใบประกาศนียบัตรเมื่อไหร่ ป่าบอกว่า ต้นปีหน้า ซึ่งก็คือ ปี 2563 ฉันทนึกในใจแล้วว่าป่าจะมีชีวิตอยู่จนถึงวันนั้นไหมนะ เพราะตัวโรคก็ลุกลามไปมาก ตอนนั้นรู้เพียงแต่ว่าเราต้อง

ไม่ทำลายความหวังของป้า จึงได้แต่พูดว่า “พยาบาลก็หวังว่าจะเป็นเช่นนั้น  
ค่ะ” แล้วก็บอกว่า เตี้ยจะแวะมาเยี่ยมอีกครั้งก่อนกลับบ้านนะค่ะ ส่วนเรื่อง  
การดูแลกิจวัตรประจำวัน การฉีดยาละลายลิมเลือด ลูกสาวบอกว่าไม่กังวล  
ทำได้หมดแล้ว ฉันเลยแจ้งกับทางหอผู้ป่วยและขอให้คุณหมอช่วยสรุป  
การรักษาให้ผู้ป่วยเพื่อรักษาต่อเนื่องที่โรงพยาบาลใกล้บ้าน หรือกรณีฉุกเฉิน  
วันรุ่งขึ้น ฉันนำปัญหามาปรึกษากับพี่หัวหน้า จำได้คำหนึ่งที่ดังก้อง  
อยู่ในหัว “อยากช่วยเขาหรือเปล่า ถ้าอยากช่วยก็ไม่ยาก เตี้ยวันนี้เขามีเครือข่าย  
การช่วยเหลือกันนะ หรือไม่ก็ลองติดต่อไปที่สถานศึกษาของเขา” ฉันจึงขอ  
หมายเลขโทรศัพท์ของพยาบาลที่โรงพยาบาลใกล้บ้านจากพี่หัวหน้าเพื่อ  
ประสานขอความช่วยเหลือ แต่ก่อนหน้านั้นฉันได้โทรศัพท์คุยกับลูกชาย  
คนเล็กของคุณป้า ฉันประเมินการรับรู้ของเขาต่อภาวะเจ็บป่วยของป้าก่อน  
คำตอบที่ได้ตรงตามที่ฉันคิด เขารับรู้แล้วว่าแม่อาจจะอยู่ได้ไม่นาน และรู้ถึง  
ความปรารถนาของแม่ ฉันก็เลยขออนุญาตสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับ  
เรื่องใบประกาศนียบัตร เขาบอกมาว่า ช่วงนี้ทางบ้านติดขัดเรื่องการเงิน  
ขาดเงินอีก 5,000 บาท เพื่อนำไปชำระแล้วรับใบจบการศึกษา จึงบอกเขาว่า  
“เตี้ยทางเราจะหาทางช่วยนะค่ะ แต่ยังไม่รู้ว่าจะช่วยได้ขนาดไหน”  
เขาถามกลับมาว่า “ทำไมต้องช่วยผมขนาดนี้ครับ” ฉันจำได้ว่า ฉันพูดกับ  
เขาด้วยน้ำเสียงหนักแน่นว่า “พยาบาลอยากช่วยค่ะ” แล้วจู่ๆแขนฉัน  
ก็ลุกชัน ฉันรู้สึกดีอย่างบอกไม่ถูก ฉันนึกในใจ แเคคิดอยากจะช่วย ยังไม่ได้  
ติดต่ออะไรเลย มันทำให้รู้สึกดีได้ขนาดนี้เลยหรอ

หลังจากนั้น ฉันก็รีบโทรศัพท์ติดต่อกับพยาบาลที่โรงพยาบาลใกล้บ้าน ผู้ป่วยเล่าปัญหาให้เขาฟัง โชคดีมาก พี่เขาบอกว่า มีเพื่อนทำงานอยู่ที่ อบต. เตี้ยว่าจะประสานเรื่องให้ แล้วตอนเย็น พี่เขาก็แจ้งมาว่า ทาง อบต.เขาติดต่อกับลูกชายและขอเลขที่บัญชีไปแล้ว เขาจะหาทางช่วย

เช้าวันรุ่งขึ้น ช่วงสายๆ ฉันแวะไปเยี่ยมคุณป้าที่หอผู้ป่วยอีกครั้ง สิ่งที่เห็นคือคุณป้าสีหน้ายิ้มแย้ม ดูมีความสุขมาก ผิดจากครั้งก่อนที่เจอ ป้าบอกว่า ลูกๆ เล่าให้ฟังแล้วเรื่องที่พยาบาลประสานเรื่องให้ ป้าบอกว่า “ขอบคุณมากๆ นะ” พร้อมกับยกมือไหว้ฉันและให้พรหลายรอบมาก ฉันยกมือรับไหว้แทบไม่ทัน รู้สึกมีความสุขไปด้วย ทั้งท่ายกมือไหว้ว่า “อย่าลืมส่งรูปถ่ายมาให้ดูด้วยนะคะ จะรอชื่นชมความสำเร็จด้วยค่ะ”

ฉันรู้สึกทึ่งกับสิ่งที่เกิดขึ้น ไม่คิดว่า แค่ฉันมีใจที่อยากจะช่วยเหลือ แม้ยังไม่รู้ว่าผลจะออกมาสำเร็จหรือไม่ ป้าจะได้ถ่ายรูปกับลูกชายหรือเปล่า ก็ยังไม่รู้ จะทำให้ฉันเองรู้สึกดีรู้สึกปิติขนาดนี้ วันนี้ฉันเรียนรู้แล้วว่า การช่วยเหลือใครสักคนไม่ใช่เรื่องยาก เริ่มต้นที่ใจเราก่อน ใจที่คิดจะช่วยเหลือแล้วลงมือทำ เมื่อทำแล้วถึงทางตันก็กล้าที่จะยอมรับขอความช่วยเหลือจากทีม นิยามความสำเร็จของแต่ละคนอาจจะไม่เหมือนกัน สำหรับฉัน...รอยยิ้มของป้าจันทร์ คือ ความสำเร็จ ขอขอบคุณครอบครัวป้าจันทร์ที่ให้ฉันและทีมมีส่วนร่วมในการดูแล







พลังใจ  
พลังความดี  
ด้วยจิตอาสาเพื่อน้อง

เทวัญ สว่างมุข

ศูนย์ Palliative Care โรงพยาบาลสุรินทร์

“

ผมจบพยาบาลวิชาชีพมาได้ 5 ปีทำงานที่ตึกอายุรกรรมชาย และได้รับมอบหมายให้ดูแลผู้ป่วยระยะท้ายที่ตึก ผมสนใจเกี่ยวกับการดูแลผู้ป่วยระยะท้ายจึงขอย้ายมาทำงานที่ศูนย์ดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง โรงพยาบาลสุรินทร์ หลังจากนั้นผมได้ไปอบรมการพยาบาลเฉพาะทางเกี่ยวกับการดูแลผู้ป่วยระยะท้ายหลักสูตร 4 เดือนและทำงานเกี่ยวกับการดูแลผู้ป่วยระยะท้ายเรื่อยมา

วันหนึ่งผมได้รับปรึกษากรณี ผู้ป่วยเด็กหญิงตัวเล็กๆ ชื่อน้องแก้ว ผมตื่นเต้นมากเพราะไม่เคยมีประสบการณ์การดูแลผู้ป่วยเด็กมาก่อน น้องแก้ว เด็กอายุ 4 ขวบ มาโรงพยาบาลด้วยอาการไอ มีน้ำมูก มีไข้ต่ำๆ และมีอาการหอบมาก ส่งตัวมาจากโรงพยาบาลอำเภอ ผลเอ็กซเรย์มีการติดเชื้อที่ปอด ใส่ท่อช่วยหายใจ ส่งต่อมาโรงพยาบาลสุรินทร์ วันที่ 12 มกราคม 2562 ด้วยโรคกล้ามเนื้ออ่อนแรง นอนรักษาที่ตึกผู้ป่วยหนักเด็ก ประวัติเดิม นอนติดเตียง เดินไม่ได้ ปัจจุบันน้องแก้วอยู่กับป้าโดยป้าเป็นคนดูแล ก่อนหน้านี้น้องแก้วเคยอยู่กับพ่อแม่ แต่มีปัญหาครอบครัวพ่อแม่แยกทางกัน ป้า

จึงรับน้องแก้วมาดูแล และแพทย์เจ้าของไข้ผู้ดูแลพิจารณาเจาะคอเพื่อช่วย  
การหายใจของน้องแก้ว แพทย์แจ้งให้ครอบครัวทราบ แต่พ่อของน้องแก้ว  
บอกให้ป้าเป็นคนตัดสินใจว่าจะเจาะคอหรือไม่เพราะพ่อยกน้องแก้วให้ป้า  
เป็นผู้ดูแลแล้ว ป้าก็บอกว่าป้าไม่มีสิทธิ์ตัดสินใจควรเป็นพ่อเป็นแม่เด็ก

ป้าเล่าต่อว่าเคยขอค่าเลี้ยงดูน้องแก้วจากพ่อของน้องแก้ว เดือนละ  
7,000 แต่พ่อของน้องแก้วปฏิเสธไม่ช่วยเหลือ ป้าบ่นบอกว่าป้าต้องดูแลสามี  
และลูก ป้าเล่าให้ฟังว่าทะเลาะกับสามีบ่อย เกี่ยวกับภาระการดูแลน้องแก้ว  
เมื่อพ่อของน้องแก้วพูดเช่นนั้น ครอบครัวน้องก็ขอไม่เจาะคอ ปล่อยให้ผู้ป่วย  
เสียชีวิตไปเลยภายใน 1-2 วันนี่ พยาบาลประจำตึกก็คุยอีกครั้งแต่ครอบครัว  
ก็ยังปฏิเสธยืนยันไม่เจาะ แพทย์เจ้าของไข้จึงส่งปรึกษาทีมประคับประคอง  
และผมจึงได้รับผิดชอบดูแลน้องแก้ว

ภาพแรกที่ผมเห็นคือเด็กหญิงตัวเล็กๆ นอนบนเตียงใส่ท่อช่วยหายใจ  
ไว้ รู้ตัวตื่นลืมตา สื่อสารได้ ขาสองข้างอ่อนแรง นอนติดเตียง อ่อนโรย  
คล้ายไปไม่จะหลุดจากขั้ว สายตาหวาดกลัวและวิตกกังวล ผมจึงเข้าไปคุยกับ  
ครอบครัวซึ่งมีพ่อ ป้าและย่า ผมถามเกี่ยวกับโรคที่น้องแก้วเป็นอยู่ ครอบครัว  
ให้ความร่วมมือและเล่าให้ฟังในทุกเรื่อง ผมเห็นความในใจของป้าและ  
ครอบครัวป้าที่ระบายออกมา ป้าของน้องเล่าว่ามีปัญหาการดูแล สถานที่  
ค่าใช้จ่าย แล้วป้าก็ร้องไห้ ผมค่อยๆ ปลอบและคุยอธิบายให้ป้าและพ่อเข้าใจ  
ตอนนั้นในใจผมอยากให้น้องแก้วหายใจได้ดีขึ้น เพราะจากการประเมินอาการ  
ของน้องแก้ว และจากการคุยกับแพทย์เจ้าของไข้ ถ้าปล่อยน้องแก้วไว้โดยไม่  
เจาะคอเพื่อช่วยหายใจ น้องแก้วมีโอกาสที่จะติดเชื้อและเสียชีวิต แต่ไม่ได้

เสียชีวิตใน 1-2 วันอย่างที่เราเข้าใจ ผมอธิบายอย่างละเอียดอีกครั้งเกี่ยวกับการเจาะคอใส่เครื่องช่วยหายใจว่าทำไมถึงต้องเจาะค่อนิ่งแก้ว ข้อดี ข้อเสีย เกี่ยวกับการเจาะคอให้ครอบครัวทราบ เนื่องจากน้องแก้วยังรู้ตัว รู้เรื่อง ไม่ใช่คนไข้ใกล้เสียชีวิตในเวลาอันใกล้แน่นอน หลังจากที่ผมอธิบายจบ พ่อ ป้าและย่าเริ่มตัดสินใจใหม่ พ่อบอกผมว่ายินยอมให้น้องแก้วเจาะคอได้ ผมรู้สึกโล่งใจเหมือนได้ช่วยน้องแก้วผ่านวิกฤติครอบครัว ผมจึงแจ้งให้พยาบาลประจำตึกทราบว่าครอบครัวของน้องยินยอมให้น้องแก้วเจาะคอแล้ว

แต่ปัญหาก็มีอีกเด็กตัวเล็กต้องปรึกษาแพทย์เฉพาะทางหู คอ จมูก เด็กเพื่อทำการเจาะคอ แต่โรงพยาบาลเราไม่มีแพทย์แผนก หู คอ จมูก เด็ก ผมรับทราบได้ปรึกษาพยาบาลประจำตึกและแพทย์เจ้าของไข้อีกครั้ง หลังจากนั้น 1 สัปดาห์ แพทย์เจ้าของไข้ปรึกษาแพทย์หู คอ จมูกผู้ใหญ่ แพทย์เฉพาะทางแผนก หู คอ จมูก ผู้ใหญ่ตัดสินใจเจาะคอให้น้องแก้ว น้องแก้วจึงได้เจาะคอวันที่ 19 กุมภาพันธ์ 2562

หลังจากเจาะคอใส่เครื่องช่วยหายใจอีก 8 วัน น้องแก้วหายใจได้ดีขึ้น ช่วงนี้ผมไปเยี่ยมน้องแก้วทุกวันพร้อมกับทีมจิตอาสาโรงพยาบาลสุรินทร์ ให้กำลังใจน้องและครอบครัว ภาพที่ผมเห็นทุกครั้งคือน้ำใจและความผูกพันที่บริสุทธิ์ของเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน ทำให้ผมได้เรียนรู้ในความเป็นจิตอาสาว่าการช่วยเหลือด้วยการให้โดยไม่หวังสิ่งใดตอบแทนนั้นทำให้ใจเราเป็นสุข หลังการหายใจของน้องดีขึ้น ผมประสานทีมพยาบาลการดูแลระยะยาวมาช่วยดูแลเกี่ยวกับการใช้เครื่องช่วยหายใจขนาดเล็ก และสอนญาติด้วยรวมทั้งสอนเกี่ยวกับการดูแลเสมหะ การให้อาหารทางสายยาง การทำแผลเจาะคอ ผมและ

ทีมสหสาขาวางแผนเพื่อพาน้องกลับบ้าน เนื่องจากป่าเป็นผู้ดูแลหลัก จึงเรียก ป่ามาเรียนรู้การดูแลน้องที่บ้าน เช่น การให้อาหารทางสายยาง การทำความสะอาดแผล การดูดเสมหะ การออกกำลังกาย การดูแลเครื่องช่วยหายใจ หลังจากที่ผมเตรียมพร้อมน้องเพื่อกลับไปอยู่บ้าน เมื่อถึงเวลากลับ น้องแก้ว บอกกับพยาบาลประจำตึกว่าไม่อยากกลับบ้าน บอกว่าที่บ้านไม่มีแอร์ ไม่มีใครจัดงานวันเกิดให้ ไม่มีเป่าเทียน ร้องให้ไม่อยากกลับ ปัญหาของผมคือทำอย่างไรให้น้องแก้วอยากกลับบ้าน ผมคุยกับน้องแก้วครั้งนี้พยายามคุยให้น้องแก้วเข้าใจและยอมกลับไปพักที่บ้าน และผมก็ทำสำเร็จ ผมสัญญาว่าจะให้ตุ๊กตากระต่ายไปเป็นเพื่อนเล่นกับน้องแก้ว

วันที่ 12 มีนาคม 2562 น้องแก้วก็ได้กลับบ้าน ผมได้ติดตามไปส่งน้องที่บ้าน ขณะทีลงจากตึกน้องร้องไห้ตลอดทางไม่อยากกลับบ้าน ทีมที่ไปส่งน้องประกอบด้วย แพทย์เจ้าของไข้ พยาบาลประจำตึก พยาบาลศูนย์ดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง พยาบาลศูนย์ดูแลระยะยาว พยาบาลอนามัยชุมชน ไปเป็นทีมชุดใหญ่ ซึ่งในใจผมมีความภูมิใจและความสุขลึๆ เพราะหมายถึงความปลอดภัยของผู้ป่วยการดูแลที่ไร้รอยต่อ รวมถึงความร่วมมือของทีมสหสาขาในการดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง พอถึงบ้านน้องแก้วก็หยุดร้องไห้ พูดคุยได้ตลอด ยิ้มแย้ม สดชื่นขึ้น บ้านผู้ป่วยเป็นบ้านปูนชั้นเดียวเป็นห้องแถวมีสองล๊อค หน้าบ้านชายก่ายเดี่ยว มีห้องสำหรับผู้ป่วยเอง โดยมีทีมประคับประคองของโรงพยาบาลอำเภอที่ผมประสานไว้มารอรับผู้ป่วยที่บ้าน ทีมเราอธิบายอีกครั้งเรื่องการดูแลเครื่องช่วยหายใจ ให้ทีมพยาบาลชุมชนทราบ ผมอยู่อีกสักครู่ใหญ่จึงลากลับ น้องแก้วส่งยิ้มให้ผมและโบกมือให้

วันนั้นผมกลับบ้านด้วยความเหนื่อย แต่หัวใจชุ่มชื่น นี่เองคือความสุขเล็กๆ ที่ผมได้จากการดูแลน้องแก้ว ผมโทรติดตามอาการน้องแก้วเป็นระยะๆ ทราบว่าอาการน้องแก้วดีขึ้นเป็นลำดับ

1 เดือนต่อมาป่าพาน้องแก้วมาพบผม น้องแก้วสามารถหายใจได้เอง โดยไม่ต้องใช้เครื่องช่วยหายใจ ผมดีใจมาก เพราะภาพที่ผมเห็นน้องแก้ว สดชื่นขึ้น หน้าตาสดใส น้ำหนักเพิ่มขึ้น แทบไม่น่าเชื่อว่าจากที่ป่วยร้ายแรง คล้ายคนใกล้เสียชีวิตจะกลับมาสดชื่น ที่สำคัญสามารถทานอาหารทางปาก โดยไม่ต้องใช้สายยาง ชีวิตกลับคืนปกติ เราคุยกันพักใหญ่ ถ่ายรูปด้วยกัน ภาพที่เห็นน้องแก้วมีความสุขมาก พलयทำให้ผมมีความสุขไปด้วย

จากการดูแลผู้ป่วยเด็กกรายนี้ ทำให้ผมมีความคิดเปลี่ยนไปจากเคย คิดว่าการดูแลผู้ป่วยเด็กเป็นเรื่องยุ่งยาก ละเอียดอ่อน แต่เมื่อได้มาดูแลจริง ๆ ความยุ่งยากต่างๆ เปลี่ยนผ่าน ด้วยใจที่เป็นจิตอาสาให้โดยไม่หวังสิ่งใด ตอบแทนของทุกๆ คน ทำให้ผมได้เรียนรู้และภูมิใจ มีความสุขที่ได้ดูแลผู้ป่วย แบบประคับประคอง สิ่งที่ทำล้วนทำด้วยจิตอาสาจากใจโดยไม่หวังสิ่งตอบแทน สิ่งที่ได้คือกำลังใจที่มีต่อกัน เป็นพลังให้ผมเดินทางต่อไปในสายงานดูแลผู้ป่วย ระยะเวลาแบบประคับประคอง



# ขอเลือกได้ไหม

มาลินี มีชูเกศ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโคกสว่าง  
จังหวัดสระบุรี

“

“พ่อพี่เสียแล้วนะคะหมอ เมื่อคืนนี้ ตอนห้าทุ่ม”

“ลูกก็อนตายแล้วเหรอะคะ”

เข้านี้คงเป็นเช้าวันใหม่ที่สดใสของใครๆ แต่สำหรับฉันตื่นขึ้นมาพร้อมกับรับข่าวร้าย ฉันตกใจมากไม่คิดว่าลูกก็อนจะตาย ฉันคิดทบทวนเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเมื่อวาน ตอนนั้นที่ฉันอ่อนวอนให้พี่ตาพาลูกก็อนไปโรงพยาบาล ในสมองฉันคิดแต่เพียงว่า ถ้าลูกก็อนได้รับการรักษาอย่างถูกต้องรวดเร็ว ลูกก็อนจะปลอดภัย

ลูกก็อนชายสูงอายุ ตัวเล็กๆ ผอมๆแต่มีความแข็งแรง ลูกก็อนเป็นคนขยัน แกมีจักรยานคู่ใจหนึ่งคัน ฉันจะเห็นแกปั่นจักรยานไปทำงานรับจ้าง ที่มีคนจ้างแกอยู่บ่อยๆ ไม่ว่าจะป็นงานหนัก ชุดดิน ถางป่าถางหญ้าแกทำหมด แต่สองสามปีมานี้เมื่อลูกก็อนอายุมากขึ้นก็เริ่มมีโรคภัยมารุมเร้า เมื่อตรวจพบว่าลูกเป็นโรคหัวใจ ลูกเมียเลยห้ามแกไปทำงานรับจ้างอีก หลังๆ มาฉันจึงไม่ค่อยได้เห็นลูกก็อนบ่อยๆ อย่างเช่นเคย

เมื่อวานตอนบ่ายขณะที่ฉันง่วนอยู่กับการตรวจรักษา พี่ตาเดินเข้ามา



หาฉัน ฉันส่งยิ้มให้พร้อมกับทักทาย พี่ตามีสีหน้าไม่สู้ดีและดูเป็นกังวล พี่ตามาบอกให้ฉันแวะไปดูลูกก่อน พี่ตาบอกว่าลุงดูชิมๆไม่กินข้าวมาสามวันแล้ว กินแต่น้ำ เย็นนั้นฉันแวะไปเยี่ยมลูกก่อนที่บ้าน เมื่อฉันไปถึง ภาพที่ฉันเห็นคือ ลูกก่อนนอนขดตัวอยู่ปลายเตียง ฉันเรียกลูกก่อนแต่ลุงไม่ตอบ ฉันเข้าไปใกล้ๆ จับมือลูกก่อน มือเล็กๆที่ตราครุฑทำงานหนักมาทั้งชีวิต ฉันบีบมือลูกก่อนเบาๆ บอกให้ลุงรู้ว่าฉันมาเยี่ยม ลุงลื้มตามองฉันแล้วพยักหน้ารับรู้ ลูกก่อนหายใจเร็ว ดูเหนื่อยและเพลีย ฉันตรวจวัดสัญญาณชีพ ความดัน 90/60 มิลลิเมตรปรอท ชีพจร 138 ครั้งต่อนาที อัตราการหายใจ 26 ครั้งต่อนาที เปลือกตาซีด ปากแห้ง มือซีด เท้าทั้งสองข้างบวมถึงข้อเท้า

“พี่ตาคะวันนี้ลุงฉีบบ้างมั๊ยคะ” “วันนี้พี่เอาแกลกมาฉีครั้งนึง แต่ออกนิดเดียวคะหมอ” ฉันรับรู้ได้ทันทีว่าลูกก่อนกำลังจะแย่ ต้องรีบพาลุงไปโรงพยาบาลโดยเร็ว แต่พี่ตาบอกว่าลุงไม่ยอมไปโรงพยาบาล “พ่อแสบบอกว่ามันเหม็น” ฉันรู้สึกค้ำอึ้งอยู่ในใจกับข้ออ้างของลุง ฉันอธิบายเหตุผลที่ต้องพาลูกก่อนไปโรงพยาบาลให้พี่ตาเข้าใจ “ถ้าลุงไม่ยอมไปโรงพยาบาลของรัฐไปโรงพยาบาลเอกชนก็ได้ค่ะ” ฉันยังพยายาม ในสมองฉันคิดแต่เพียงว่า ถ้าลูกก่อนได้รับการรักษาอย่างถูกต้องรวดเร็ว ลูกก่อนจะปลอดภัย พี่ตาปรึกษากับสามีและพี่สาวแล้วก็ตัดสินใจพาลูกก่อนไปโรงพยาบาล โดยที่ลุงไม่เต็มใจนัก แต่ก็ไม่มีเรี่ยวแรงพอที่จะขัดขืน ลูกก่อนผอมมากสามีพี่ตาอุ้มลูกก่อนขึ้นรถได้อย่างง่ายดาย ฉันไปส่งลูกก่อนจนถึงโรงพยาบาลเอกชนในตัวเมือง เมื่อทางโรงพยาบาลรับลูกก่อนไว้รักษาแล้ว ฉันจึงขอตัวกลับ ฉันรู้สึกโล่งใจที่ส่งลูกก่อนถึงมือหมอแล้ว และหวังลึกๆ ในใจว่าลูกก่อนจะดีขึ้น

แต่โชคร้ายเหลือเกินสิ่งที่เกิดขึ้นไม่ได้เป็นอย่างที่ฉันคิด พี่ต๋องให้พูดกับฉันว่า “พี่ซัดใจพ่อทุกอย่าง พ่อไม่อยากไปโรงพยาบาล ไม่อยากใส่สาย ไม่อยากให้น้ำเกลือ แต่พี่ก็เอาแกลไป เมื่อวานพอหมอกลับ เค้กก็เจาะเลือด ให้น้ำเกลือ เอ็กซ์เรย์ ฟันยา พ่อพี่บอกว่าเจ็บ เหนื่อย ไม้ไหวแล้ว พาพ่อกลับบ้านเถอะ” พี่ต๋องให้มากขึ้น ฉันยืนตัวแข็ง มือเย็นเฉียบ ในใจรู้สึกเศร้า เสียใจ และสับสน ฉันรู้ว่าพี่ต๋องอยากจะทำอะไรฉันแรงๆ ฉันจะไม่ว่าเลยหากพี่ต๋องจะทำอย่างนั้น ฉันเข้าใจความรู้สึกของคนที่เป็นผู้สูญเสียบุคคลในครอบครัวอันเป็นที่รัก เพราะฉันเองก็รู้สึกผิด ที่พาลูกก่อนไปโรงพยาบาลทั้งที่แกไม่อยากไป

สองทุ่มตรงจะเป็นเวลาที่พระเริ่มสวดพระอภิธรรม ฉันมาก่อนเวลาหาที่นั่งและมองไปรอบๆ คินแรกผู้คนที่มาร่วมงานอาจไม่มากนัก ตามประเพณีลูกหลานจะมาส่งคนเฒ่าคนแก่มานอนที่วัดเป็นเพื่อนเจ้าภาพ เมื่อพระสวดพระอภิธรรมจบ เจ้าภาพดูแลเลี้ยงดูแขกที่มาร่วมงานเป็นอย่างดี พี่ต๋ากับพี่สาวไปรอส่งแขก ฉันเดินไปหาพี่ต๋องเพื่อลา กลับ พี่ต๋องกล่าวขอบคุณฉันพร้อมกับน้ำตาที่ไหลมาแบบอัตโนมัติ ฉันขับรถออกมาแล้ว แต่ภาพเหตุการณ์ทุกอย่างยังอยู่ในความทรงจำ

ในชีวิตของเรา มีสักวันไหมที่เราหยุดคิดและสะกิดใจตนเองว่า ถ้าสักวันหนึ่งคนที่เรารัก คนที่เราเห็นหน้าอยู่ทุกวันต้องจากไปอย่างไม่มีวันกลับ เราจะทำอย่างไรกับชีวิตและความรู้สึกของตัวเอง สิ่งที่เกิดขึ้นทั้งหมดนั้น ทำให้ฉันตั้งคำถามกับตัวเอง หากวันหนึ่งพ่อกับแม่จะต้องจากไป ฉันจะทนได้ไหมที่จะเห็นท่านมีชีวิตอยู่โดยเครื่องพันธนาการต่างๆ ในโรงพยาบาล หรือแม้แต่ตัวของฉันเองในวันที่อ่อนล้าไร้เรี่ยวแรง ฉันจะ “ขอเลือกได้ไหม” ที่จะหมดลมหายใจและจากโลกนี้ไปอย่างสงบแบบที่ฉันต้องการ



เพราะรัก...

สุภา ธนวงศ์

เวชกรรมสังคม โรงพยาบาลสระบุรี

“

เรารู้จักกันครั้งแรกผ่านทางเสียงโทรศัพท์ เป็นช่วงเวลาเขาเสร็จสิ้นภาระกิจนอนโรงพยาบาลแล้ว สามารถกลับไปทำงานได้ตามปกติ เสียงนี้ตอบอย่างมั่นใจว่า “ผมไม่เป็นไรแล้วครับ มีเพียงถุงหน้าท้อง 2 ถุงเท่านั้นเอง” วันเวลาผ่านไป 9 เดือนต่อมา การสานสัมพันธ์ภาพได้เริ่มต้นอีกครั้ง ด้วยการที่ภรรยาขอยืมเตียงผู้ป่วย ที่ศูนย์สุขภาพชุมชนเมือง การนัดหมายลงเยี่ยมบ้านของเราจึงเกิดขึ้น

ก่อนจะได้เข้าบ้านของผู้ป่วยรายนี้ ฉันต้องฝ่าด่านเจ้าบ้านพันธุ์บางแก้วทุกครั้งไป เราพบกันเป็นช่วงระยะสุดท้ายของโรคแล้ว ผู้ชายหน้าคมเข้มร่างกายผ่ายผอมมากจนเห็นรอยปุ่มกระดูกชัดเจน นอนบนเตียงบนบ้านชั้นสอง มีภรรยา และมารดาดูแลอย่างใกล้ชิด ฉันไม่หวังเรื่องเครื่องสธารณูปโภคของผู้ป่วยเลย เพราะทุกอย่างจัดเต็มด้วยฝีมือของภรรยา อุปกรณ์การดูแลแผลหน้าท้องสองถุง พร้อมเพรียงมากถูกหลักอนามัยที่สุด อาหารการกินยังพอทานได้ ตามคำสั่งเมนูที่ผู้ป่วยชอบ อาการที่รบกวนผู้ป่วยมากที่สุดคือ ปวด เขาต้องทำความรู้จักกับความปวดตลอดเวลา มีแอบหายไปบ้างในบางเวลา แต่แล้ว

ความปวดจำกัดเขาออกจากกิจกรรมประจำวันไปโดยสิ้นเชิง ทุกอย่างต้องพึ่งพิงอย่างสมบูรณ์แบบ แม้แต่การยกขาของตนเอง และสิ่งที่เขากังขาามากที่สุด คือเรื่องการกระจายของตัวโรค เขาต้องการรู้ว่า “โรคมันแพร่กระจายไปถึงกระดูกแล้วใช่ไหม ผมถึงปวดมากขนาดนี้” คำตอบบางอย่าง เหมือนเป็นการตอกตะปู ย้ำลงไปไนใจของผู้ป่วยอีก แต่ถ้าไม่ตอบก็ไม่ได้อีกเช่นกัน ฉันต้องขังใจ และปรึกษาทีมหมอครอบครัวก่อนตอบคำถามใดๆ เพราะคำพูดที่พูดออกไปแล้ว เอากลับคืนไม่ได้ และเมื่อถึงเวลาหนึ่งเขาคงสามารถหาคำตอบให้ตัวเองได้ แต่แววตาที่ฉายออกมาให้ฉันต้องจดจำคือเศร้ามาก แหง้เหือด หมดหวัง “ผมต้องไปแล้วจริงๆ ไข่มั้ยครับ” ฉันไม่ชอบบรรยากาศแบบนี้ที่สุด ฉันทำตัวไม่ถูก ต้องพูดคำไหนดีที่จะปลอบคนไข้ ฉันนึกไม่ออก ได้แต่เพียงยื่นมือไปสัมผัสหลังมือเขาเบาๆ ไม่รู้จะพูดคำไหนจริงๆ

กว่าที่เราจะไว้ใจซึ่งกันและกัน ใช้เวลาเกือบ 3 เดือนทีเดียว เป็น 3 เดือนที่ฉันต้องอ่านตำรา บทคำสอนของพระอาจารย์ไพศาล วิสาโล อ่านไปบางที่ไม่รู้ว่าต้องนำไปใช้เมื่อไร แต่ทำให้ฉันมั่นใจมากขึ้น คิดแต่เพียงว่าทำอย่างไรให้เธอตายดี เมื่อมีโอกาศคุยกัน เหมือนฉันนั่งคุยกับพี่ชายคนหนึ่งที่พร้อมจะเล่าเรื่องราวดีๆ ให้น้องฟัง พี่ชายคนนี้เป็นเด็กช่าง เรียนจบออกมามีงานทำในบริษัทที่มีชื่อเสียง ขยันทำงานมาก ถึงมากที่สุด เพราะได้รางวัลพนักงานดีเด่นไม่เคยขาด ไม่เคยลา 5 ปีติดต่อกัน 2 ครั้ง ฉันทิ้งมาก พี่ชายทำงานเก็บเงินปลูกบ้านหลังนี้ด้วยน้ำพักน้ำแรงของตนเอง จนสามารถปลดหนี้ได้ในเวลาอันรวดเร็ว ส่งลูกทั้งสองคนเรียนจบปริญญาตรี น้ำเสียงที่ฉันได้ยินคละเคล้าไปด้วยความภาคภูมิใจ ฟังกันไปเรื่อยๆ ไปสะดุดที่ไม่อยากให้พ่อมาเยี่ยม

ไม่อยากจะมาบ้านนี้ด้วย เอ๊ะ! ทำไม เพราะอะไร ไม่รู้ได้เลย จนเรามาเยี่ยม บ้านหลายรอบ ถึงรู้ว่าพ่อแม่แยกทางกัน พ่อชอบมาขอเงินบ่อยๆ ผ่านทาง มารดาหรือภรรยาบ้าง และเหมือนมีเรื่องที่เสียใจอยู่แต่บอกไม่ได้ ไม่อยาก พูดถึง แต่ฉันสัมผัสได้ว่าพี่ชายรักพ่อของเขามาก อยากคุยกันตามประสา พ่อลูก ก่อนลาจากกันชั่วชีวิต

ปมนี้ ฉันไม่สามารถจัดการให้ผู้ป่วยได้ คนที่จะปลดล็อคเรื่องราวต่างๆ ที่ผ่านมาได้เป็นอย่างดี คงต้องเป็นคนในครอบครัวของเขาเอง เราเป็นเพียง ผู้อยู่ข้างๆ คอยรับฟังเรื่องราวต่าง ๆ นานา ฟัง ฟัง และฟัง ฉันสังเกตตัวเอง ว่าการฟังของฉันไม่หนักใจไม่อึดอัดแล้ว ไม่เหมือนแต่ก่อนที่เครียดไปกับคนไข้ ทุกเรื่องเลย เพราะฉันโตขึ้น หรือเพราะฉันได้ผ่านการรับรู้โรคภัยเหมือนเขา มาเช่นกัน ฟังแบบไม่ตัดสิน ฟังแบบเปิดใจ ไว้ใจ ครั้งนี้เหมือนเป็นบทเรียน อีกบทหนึ่งที่ทำให้ฉันได้เรียนรู้การฟังแบบจริงจังมากขึ้น

กิจกรรมหลักสำหรับบ้านนี้คือ ให้ข้อมูลเรื่องของโรคและการรักษา ที่ชัดเจน ถ้ามมาตอบไปกันเลย สำหรับการดูแลผู้ป่วยวัย 55 ปีคนนี้ เพราะ ผู้ป่วยค้นหาข้อมูลจากอินเทอร์เน็ตตลอดเวลา สิ่งไหนดีสิ่งไหนทำให้หาย เขาทำหมด รวมถึงการซื้อน้ำมันกัญชา กัญชาเม็ด หยดได้ลิ้นกับทานด้วย เราต้องอธิบายกันหลายยก จนผู้ป่วยหันมาปรึกษาแบบประคับประคองกับเรา อย่างเต็มรูปแบบ การให้เข็มอร์ฟินระงับอาการปวด สามารถโทรปรึกษาทีมหมอ ครอบครัวได้ทุกที่ ทุกเวลา ปรับขนาด วิธีทาน ติดตามประเมินกันรายสัปดาห์ รายวัน ทุกข์จากอาการปวดหายไปบ้างบางเวลา จนอาการปวดมีคะแนนเหลือ 2-3 คะแนนจากเต็ม 10 คะแนน อาการข้างเคียงมีบ้าง ปากแห้งคอแห้ง

แต่ไม่มีท้องผูก ทุกเรื่องราวถูกบันทึกผ่านสมุดเล่มน้อยเป็นลายมือมารดาบ้าง ภรรยาบ้าง และถูกส่งผ่านไลน์ให้เราประเมินการรักษาอย่างต่อเนื่อง

1 สัปดาห์ก่อนจากไป ฉันลงเยี่ยมบ้านเหมือนทุกครั้ง ผู้ป่วยเริ่มทานได้น้อยมาก เบื่ออาหาร อยากรกินแต่กินไม่ได้ แต่ยังดื่มน้ำได้ สังเกตเห็นสัญญาณเตือน เห็นอหยาใจลำบาก ความดันต่ำ เราทบทวน Living will กับผู้ป่วยอีกครั้ง สิ่งที่น่ากังวลใจ คือเป็นห่วงมารดา เพราะน้องชายเสียชีวิตไปแล้ว ห่วงจะไม่มีใครดูแล มีกันสองคนพี่น้อง อยากรฝากเงินบัญชีชื่อแม่ อยากรให้แม่ได้ฉีควัคซีนไขหวัดใหญ่ ซึ่งเรารีบดำเนินการสิ่งที่เป็นงานของเรา คือ จัดหาวัคซีนไขหวัดใหญ่ฉีดให้แม่ เรื่องอื่นๆ ต้องเป็นคนในครอบครัวจัดการ ระยะเวลาที่ลงเยี่ยมบ้านพบรอยยิ้มของมารดา และภรรยามากขึ้น ต่างจากตอนแรกที่ทุกคนในบ้านเครียดมาก จากความทุกข์ที่ผ่านมาจากผู้ป่วยถึงทุกคนในบ้านจริงๆ มีบางครั้งฉันมีภาพจำที่สะเทือนใจมาก คือมารดานั่งข้างเตียงผู้ป่วยหันหน้ามองออกไปนอกหน้าต่าง แต่มือยื่นมาให้ลูกชายจับไว้ตลอดเวลา พร้อมกับเสียงเรียกของลูกชาย “แม่ครับๆ ผมปวด แม่อย่าออกไปไหนไกลนะ เดี่ยวเรียกไม่ได้ยิน”

วันที่ผู้ป่วยจากไปเป็นอีกวันหนึ่งที่ฉันวางแผนลงเยี่ยมบ้านนี้ แต่มีเหตุต้องเปลี่ยนแผนกะทันหัน เพราะมีผู้ป่วยอื่นเร่งด่วนที่คิดอยากฆ่าตัวตายตามลูกชายที่ผูกคอสสำเร็จ คำวันนั้นฉันได้รับข่าวจากภรรยาว่า ช่วงก่อนลมหายใจสุดท้าย พี่ชายได้ทำบุญ ถวายสังฆทาน ที่สำคัญพ่อกับแม่มาเยี่ยม มาอยู่ด้วย 2-3 วัน ทั้งบ้านคละเคล้าเสียงสวดมนต์จากวิทยุเทพธรรมะที่ได้รับมาเมื่อคราวนอนตึกไอ.ซี.ยู. จนป่วยคล้อยเขานอนหลับไปท่ามกลางคนที่เขารัก

ไม่มีเสียงเรียก “แม่ครับ ๆ” จากพี่ชายคนนี้อีกแล้ว นับจากนี้เขาไม่ต้อง  
เจ็บปวดอีกต่อไป ขอขอบคุณที่เปิดโอกาสให้เราได้เรียนรู้ ฝึกทักษะต่างๆ นานา  
ผ่านเรื่องราวของเขา แปลกดีนะ...คนที่อยากอยู่ต่อบนโลกใบนี้ อยู่ต่อไม่ได้  
เพราะสังขารไม่เอื้อด้วยโรคร้าย แต่คนที่สังขารดี กลับอยากจากโลกใบนี้ไป  
ทุกสิ่งบนโลกใบนี้ไม่มีสิ่งใดแน่นอน







ศูนย์บริรักษ์ ศิริราช  
Siriraj Palliative Care Center

เว็บไซต์คือ <http://www1.si.mahidol.ac.th/Palliative>

เบอร์โทรศัพท์ 0 2419 9679 0 2419 9680

กองทุนศูนย์บริรักษ์ศิริราช D002918



ศูนย์บรรเทา ภาระ  
SPPC Palliative Care Center

ศูนย์บรรเทา ภาระ โทร : 02-419-9679, 02-419-9680  
<http://www1.si.mahidol.th/palliative>

# เรื่องเล่าจากใจ

ที่ปรึกษา : รศ.นพ.วิศิษฐ์ วามวาณิชย์

บรรณาธิการอำนวยการ : อาจารย์ น.พ.ชนินทร์ ลีม่วงค์

พญ.ประถมาภรณ์ จันทร์ทอง

นพ.ศุภการ เตชัสอนันต์

นพ.ภิญโญ ศรีวีระชัย

นพ.ชัยรัฐ ศรีภิรมย์

พว.ศรีอรุณ ธนะรัชติการนนท์

บรรณาธิการ : พว. สาลินี สมานะวณิชย์

ผู้ช่วยบรรณาธิการ : พว. ราตรี ฉิมฉลอง

ISBN: 978-616-443-366-3

พิมพ์ครั้งที่ 1 : พฤศจิกายน 2562

จำนวนพิมพ์ : 800 เล่ม

ออกแบบปก : บริษัท พี.เอ.ลีฟวิ่ง จำกัด

จัดพิมพ์โดย : คณะกรรมการดำเนินการ Palliative Care

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล และศูนย์บริรักษ์ ศิริราช

พิมพ์ที่ : บริษัท พี.เอ.ลีฟวิ่ง จำกัด

โทรศัพท์ 0-2881-9890

---

# คำนิยม

---

เรื่องทุกเรื่องที่คุณเขียนทุกท่านได้บรรจงรังสรรค์จากประสบการณ์ชีวิตที่ได้เกี่ยวข้องในการดูแลพยาบาลผู้ป่วยระยะสุดท้ายที่ได้ถูกบรรจุลงในหนังสือล้วนมีคุณค่า เช่นเดียวกับชีวิตทุกชีวิตที่ถูกกล่าวถึงซึ่งมีศักดิ์ศรีและคุณค่าของความเป็นมนุษย์ เรื่องราวจากใจที่ถูกถ่ายทอดเป็นเรื่องราวแสดงให้เห็นความหมายของชีวิตและความสัมพันธ์ทางจิตวิญญาณที่มนุษย์พึงมีให้กันซึ่งจะเป็นประโยชน์สำหรับผู้ที่กำลังประสบสถานการณ์เดียวกันและบุคลากรทางการแพทย์ที่ให้การดูแลรักษาผู้ป่วยเหล่านี้ ขอชื่นชมและขอบคุณผู้มีส่วนร่วมทุกท่านที่ร่วมกันทำสิ่งดีๆ เช่นนี้ให้เกิดขึ้นในสังคม



รองศาสตราจารย์ นายแพทย์วิศิษฐ์ วามวาณิชย์  
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลศิริราช

---

# คำนิยม

---

ความเจ็บป่วยและการตายเป็นเรื่องธรรมดาโลก กระนั้นเมื่อคนใกล้ชิดเข้าสู่เหตุการณ์ดังกล่าว น้อยคนจะวางใจนิ่งเป็นกลางได้ เราทุกคนย่อมพยายามที่สุดเพื่อบุคคลอันเป็นที่รัก แม้จะรู้ว่าเวลาเหลือไม่มาก ทุกคนอยากที่จะปราศจากความทุกข์ ความทรมาน ความเจ็บปวด ความไม่แน่นอน และการไร้ความสามารถในการควบคุมชีวิต ทักษะในการเผชิญหน้ากับสิ่งเหล่านี้ไม่มีสอนในโรงเรียน มีเขียนในตำราก็ไม่มากมายนักและมีความแตกต่างแปรผันจากบริบทหนึ่งไปอีกบริบทหนึ่งสูงมาก เป็นองค์ความรู้ที่สะสมจากประสบการณ์ ถ่ายทอดมาเป็นศาสตร์ร่วมกับศิลปะการปรับใช้ของแต่ละบุคคล แต่เป็นสาระความรู้ด้านที่สำคัญยิ่ง

หนังสือ เรื่องเล่าจากใจ เป็นสารระนิพนธ์ที่รวบรวมบทความที่เกี่ยวข้องกับศาสตร์ในการดูแลผู้ป่วยและครอบครัว เมื่อโรคทางร่างกายมีอาจรักษาจนหายขาดและบุคคลที่เป็นที่รักของผู้นิพนธ์ต้องเผชิญ ไม่ว่าจะมาจากมุมมองผู้ป่วยเอง ของบุตรหลาน ญาติใกล้ชิด ผู้ดูแล หรือบุคลากรทางการแพทย์ที่ร่วมดูแลผู้ป่วย โดยมีเป้าหมายที่จะสะท้อนความจริงด้านต่างๆ ของความเจ็บป่วย โดยเฉพาะในวาระสุดท้าย และศาสตร์ในการช่วยให้เขาเหล่านั้นเผชิญหน้ากับความกลัว ความกังวล ความเศร้าเสียใจที่กำลังจะเกิดหรือเกิดขึ้นแล้วก็ตาม รวมทั้งเปิดโลกทัศน์ของผู้อ่านให้เห็นทั้งด้านบวกและด้านลบของการดูแลผู้ป่วยกลุ่มนี้ มีทั้งด้านที่ผิดหวัง และด้านที่ประทับใจคละกันไป โดยเน้นการเล่าประสบการณ์จริงที่เห็นด้วยตา สัมผัสด้วยใจ รู้สึก

ด้วยอารมณ์ของผู้เล่า ด้วยหวังว่าเรื่องเล่าเหล่านี้จะได้เป็นแรงบันดาลใจ เป็นเครื่องเตือนใจ และเป็นบทเรียนที่จะให้อ่านนิสงส์แก่ผู้อ่านและผู้อื่นที่อาจต้องเผชิญสถานการณ์เดียวกัน

หากแม้ข้อความเพียงไม่กี่ประโยค เรื่องที่มีเนื้อหาสั้นๆ ความคิดเพียงเล็กน้อย หรือความเห็นส่วนตัวที่อาจจะดูผิวเผิน จะได้ส่งผลเปลี่ยนแปลงแนวคิด แนวทาง และแนวปฏิบัติของการดูแลผู้ป่วยที่มีโรคเรื้อรัง โดยเฉพาะในระยะท้าย เพื่อนำไปสู่ระเบียบ ระบบ ทีมงาน โครงสร้างสนับสนุน ที่ดีขึ้นอีกได้ ก็คงจะยังประโยชน์สมความตั้งใจของผู้นิพนธ์ที่มีอุตสาหกรรมเวลาอันมีค่าได้เล่าเรื่องจากใจ มาแต่ทุกท่าน ขอขอบพระคุณผู้นิพนธ์และผู้รวบรวมจัดทำหนังสือเรื่องเล่าจากใจ เป็นอย่างยิ่งมา ณ โอกาสนี้



อาจารย์ นายแพทย์ชรินทร์ ลิ้มวงศ์

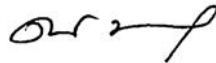
ประธานศูนย์บริการฯ ศิริราช

---

# คำนิยม

---

ความรู้ที่ได้จากตำรานั้นอาจไม่ลึกซึ้งเท่ากับความรู้ที่ได้จากเรื่องเล่าของผู้ที่มีประสบการณ์ตรง เรื่องเล่าสามารถสร้างพลัง ความสวยงามของถ้อยคำ ทำให้ผู้อ่านรู้สึกอยากมีส่วนร่วม อยากอ่านต่อ เรื่องเล่าจะปลูกฝังเข้าไปในความคิด ความจำได้อย่างชัดเจน ทำให้เกิดความเข้าใจในบริบทการดูแลผู้ป่วย Palliative Care หนังสือ “เรื่องเล่าจากใจ” เล่มนี้เป็นการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่งดงามและมีคุณค่าของมนุษย์ที่พึ่งปฏิบัติต่อกันด้วยความรัก และก่อให้เกิดความสุขทั้งผู้ให้และผู้รับ การได้อ่านเรื่องราวดีๆ จะช่วยสร้างแรงบันดาลใจ เสริมสร้างกำลังใจเกิดเป็นแรงผลักดันให้เกิดการกระทำความดีต่อกันอย่างไม่สิ้นสุด



นางดารณี พิพัฒน์กุลชัย

หัวหน้าฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช

---

# สารบัญ

---

เพลงสุดท้าย	1
ภาพในใจ	7
ยังรู้จักยิ่งรักเธอ	11
สิ่งที่พ่อรอคอย	17
โอโหสิกรรมนำปาฏิหาริย์ก่อนจากไป	23
ความคิดที่เปลี่ยนไป	29
ความรัก ความหวัง รอยยิ้ม	35
ความปรารถนาครั้งสุดท้าย	39
พลังรักนี้เพื่อเธอ	45
สุขสุดท้ายที่เลือกได้	51
พบกันวันสุดท้าย	57
แสงสว่างในความมืด	63
ปรารถนาสุดท้าย	67
เหนื่อยไหม	73
โรตีแผ่นนั้น	79
รักไร้เสียง	85
จากรูปภาพใบหนึ่ง	91
จดหมายถึงยาย	97
ความทรงจำครั้งสุดท้าย	103



---

# สารบัญ

---

เพราะมีเธอในวันนั้น จึงมีฉันในวันนี้	109
จากใจ...มดตะนัง?	115
รูปถ่ายที่ไม่ได้รับ	119
อ้อมกอดของรอยยิ้ม	125
งานสุดท้าย	131
อาม่าคือผู้ป่วยยาก	137
ภาพแห่งความทรงจำเพื่อसानฝันให้แม่	143
แยกโรคแต่ไม่แยกรัก	149
อยู่หรือไปใครตัดสิน	153
ความภูมิใจของชายชาติทหาร	159
เมื่อความสุขสำคัญกว่าดัชนีทางการแพทย์	167
ขอเพียงยังมีหวัง	171
ใจที่คิดจะช่วย	177
พลังใจ พลังความดีด้วยจิตอาสาเพื่อน้อง	183
ขอเลือกได้ไหม	189
เพราะรัก	193



รางวัลที่ 1  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



# เพลงสุดท้าย

จันทร์เพ็ญ กาโนมัย

กลุ่มงานจิตเวช โรงพยาบาลราชพิพัฒน์  
สำนักการแพทย์ กรุงเทพมหานคร

“

“หมอเอายามาฉีดยาให้ตายที” เสียงร้องขอของชายวัย 65 ปี เพราะเจ็บปวดทรมานจากมะเร็งปอด เป็นเสียงแรกที่ได้ยินทันทีที่นักจิตวิทยาเดินเข้าตึกชีวาภิบาล “นักจิตคะ คุณลุงเตี้ยง 9 ร้องโวยวายให้หมอเอายามาฉีดยาให้ตายทั้งคืนเลยคะ ทำให้คนไข้และญาติเตียงอื่นก็ไม่ได้นอน คุณหมอส่งปรึกษานักจิตวิทยา เพราะดูจากอาการทางกาย ไม่น่าจะปวดมากถึงขนาดนี้ หมอर्फินหมอกี้ให้ แต่คุณลุงก็ยังร้องขอให้หมอเอายามาฉีดยาให้ตายเหมือนเดิม คุณหมอสงสัยว่าคุณลุงน่าจะซึมเศร้า แต่ปัญหาคือ คุณลุงไม่ยอมคุยกับใครเลย” น้ำเสียงและสีหน้าของพยาบาลดูเป็นกังวลมาก

หลังจากให้ข้อมูลทั้งหมด ฉันเดินตรงไปที่เตียง 9 สิ่งที่ฉันเห็นคือ ผู้ชายตัวสูงใหญ่ วัยกลางคน นอนร้องไห้ ดิ้นไปมาบนเตียง พร้อมพูดประโยคเดิมซ้ำๆ “หมอเอายามาฉีดยาให้ตายที” ขณะที่ฉันกำลังครุ่นคิดหาวิธีที่จะเข้าหาผู้ป่วย ทันใดนั้นเสียงเพลงของนักดนตรีบำบัดที่กำลังเล่นอยู่ตรงลานหอผู้ป่วยชีวาภิบาลก็กระตุ้นความคิดฉัน “นี่ก็ออกแล้ว”

“คุณลุงคะ หนูมีอะไรบางอย่างมาแลกเปลี่ยนกับคุณลุง หนูรู้ว่าตอนนี้

คุณลุงปวดและทรมานมาก ทำให้ไม่อยากมีชีวิตอยู่แล้ว ความคิดที่อยาก  
จะตายหนูขอให้เป็นความคิดสุดท้าย ถ้าคุณลุงยอมทำกิจกรรมดนตรีบำบัด  
กับหนู สัญญาว่าจะบอกคุณหมอให้เอายามาฉีดให้คุณลุง”

“จริงนะ อย่าหลอกลุงนะ”

“หนูให้สัญญา” พร้อมกับยื่นมือไปจับที่แขนคุณลุง “ไปค่ะ ทุกคนรอ  
คุณลุงอยู่ รวมถึงภรรยาคุณลุงด้วย”

ทันทีที่รถเข็นหยุดตรงลานกิจกรรม เสียงทักทายของนักดนตรีบำบัด  
“สวัสดีค่ะ คุณลุง คุณป้า วันนี้อยากฟังเพลงอะไรเป็นพิเศษไหมคะ พวกเรา  
เล่นให้ฟังได้ทุกเพลงเลยนะ” ไม่มีเสียงตอบรับจากปลายทาง มีแต่ความเงียบ  
และสายตาที่เศร้าหมอง คุณลุงนั่งก้มหน้าพร้อมกับภรรยาที่นั่งอยู่ข้างๆ สิ่ง  
ฉับสังเกตเห็นคือ สามภรรยาคุณนี้ นั่งอยู่ข้างๆ กันก็จริงแต่ไม่มีปฏิสัมพันธ์กัน  
เลย นั่งเงียบกันทั้งคู่ ความสงสัยก็เกิดขึ้นทันที ฉับเอื้อมมือไปแตะที่แขน  
คุณลุงเบาๆ

“ถ้าให้คุณลุงเลือกเพลงให้คุณป้าโดยบอกความรู้สึกผ่านบทเพลง  
อยากจะทำเพลงอะไรให้คุณป้าคะ” คุณลุงเงยหน้าพร้อมทอดสายตาวาว  
ผ่านกระจกบานใหญ่ของตึกชีวภิบาล แล้วเริ่มขยับริมฝีปากด้วยน้ำเสียง  
สั่นเครือ “วันใดขาดฉันแล้วเธอจะรู้สึก” น้ำใสก็ไหลลงอาบแก้มสองข้าง  
นักดนตรีบำบัดเริ่มทำหน้าที่ของตัวเอง เสียงดนตรีดังขึ้น

“วันใดขาดฉันแล้วเธอจะรู้สึก วันไหนสำนึกแล้วเธอจะเสียใจ เธอ  
ต้องการสิ่งใดๆเพียรหาให้อยู่เป็นประจำ ไม่เคยต้องทำให้เธอหมองหม่น เธอ  
คงไม่ซึ้งในคำของคำว่ารัก” เสียงร้องเพลงหยุดลงกะทันหัน เพราะเสียงร้องให้

ที่โหยหวนของคุณลุงดังกว่าเสียงเพลง มีสองข้างจิกเบาแน่นจนสั่นสะท้านไปทั้งตัว ภรรยาที่นั่งข้างๆ เริ่มมีปฏิกิริยา คุณป้าเอามือเช็ดน้ำตาแล้วเอื้อมมือไปจับที่แขนคุณลุง ฉับริบหันไปบอกนักดนตรีบ้ำบัตให้เล่นเพลงต่อไป นักดนตรีบ้ำบัตสองคนมองหน้ากันไปตามด้วยสีหน้าเป็นกังวล แล้วสายตาทั้งคู่ก็จ้องมาที่ฉันทันที “เล่นต่อมันจะดีเหรอพี่” ฉันทันยืนย่นคำเดิม เล่นต่อไป ผู้ป่วยกำลังระบายความรู้สึกที่มันถูกเก็บกดไว้ออกมา เสียงเพลงบรรเลงขึ้นอีกครั้ง ฉันทันกระดากทิวชู้ให้คุณลุงแล้วมีอีกข้างแตะที่แขนคุณลุงเบาๆ

“ร้องให้ออกมาเถอะคะ ทุกคนจะอยู่ข้างๆ เป็นเพื่อนคุณลุงตรงนี้ ไม่มีใครทอดทิ้งไปไหน” เสียงร้องให้เริ่มเบาลงเหลือเพียงเสียงสะอื้น เมื่อเพลงจบลง ฉันทันถามต่อ “เพราะอะไรคุณลุงถึงเลือกเพลงนี้ให้คุณป้าคะ” “ความหมายก็ตามชื่อเพลงนั่นแหละ” “แล้วคุณป้าละคะ ฟังเพลงนี้แล้วคิดยังไงบ้าง” ป้าพูดด้วยเสียงสั่นเครือ “ป้าไม่อยากจะคิดเลย ในวันที่ไม่มีลุงอยู่ ป้าจะอยู่ยังไง”

“ถ้าให้คุณป้าบอกความรู้สึกผ่านบทเพลง อยากเลือกเพลงอะไรให้คุณลุงคะ” สายตาของคุณป้ามองไปที่คุณลุง และพูดด้วยน้ำเสียงที่เข้มแข็ง “จงรัก” นักดนตรีบ้ำบัตทำหน้าที่อีกครั้ง เสียงเพลงดังขึ้นอีกครั้ง “โปรดอย่าถามว่าฉันทันเป็นใครเมื่อในอดีต และโปรดอย่าถามว่าในอดีตฉันทันเคยรักใคร่รู้ไว้อย่างเดียว เดี่ยวนี้รักเธอและรักตลอดไป” ครั้งนี้ก็เล่นเพลงไม่จบเหมือนเดิม แต่ฉันทันไม่บอกให้นักดนตรีบ้ำบัตเล่นต่อ เพราะภาพที่เห็นอยู่ตรงหน้าบอกถึงความรู้สึกที่ทั้งคู่มีให้กันโดยไม่ต้องผ่านบทเพลงแล้ว คุณลุงคุณป้าโผล่เข้ามากอดกัน

“เอาละ ถึงตอนนี้แล้วหนูขอให้คุณลุงคุณป้าช่วยบอกถึงความรู้สึก ในตอนนี้หน่อยค่ะ” คุณลุงเป็นคนเริ่มพูดก่อน “แม่ไม่เคยพูดหวานกับพ่อเลย พูดหัวๆตลอดเวลา พ่อคงเป็นภาระให้แม่ใช่ไหม แม่ดูแลเพราะหน้าที่ แต่ไม่เคยรักพ่อเลยใช่ไหม” น้ำเสียงบ่งบอกถึงความน้อยเนื้อต่ำใจ “ไม่เลย” เสียงตอบกลับอย่างหนักแน่นของคุณป้า “แม่เป็นคนแข็งแรง พูดหวานไม่เป็น ปฏิบัติดูแลอย่างเดียว คิดว่าพ่อน่าจะเข้าใจ” เสียงเงียบไปสักพัก เสียงสั้นเครือ ก็เริ่มขึ้นอีกครั้ง “แม่รักพ่อนะ” น้ำเสียงที่หนักแน่นของคุณป้า แต่มั่นอบอุ่น ในหัวใจของคนทีรอฟังคำนั้นมาโดยตลอด ถือว่าเป็นประโยคเด็ดที่ทำให้ คุณลุงร้องไห้โฮออกมา และทำให้คนในห้องน้ำตาคลอไปตามๆ กัน รวมถึง ตัวฉันเองด้วย

คุณเชื่อไหมหลังจากกิจกรรมทุกอย่างจบลง ผู้ป่วยไม่เคยร้องขอให้หมอ เอายามาฉีดให้ตายอีกเลย แต่สิ่งที่ผู้ป่วยร้องเรียกหาคือ “อ้อย อ้อย” ซึ่ง อ้อยเป็นชื่อของภรรยาเขานั่นเอง หลังจากวันนั้นอีกสองสัปดาห์ ผู้ป่วยก็จาก ไปอย่างสงบ

คำว่า “รัก” เป็นคำสั้นๆ อาจดูเป็นคำที่ธรรมดาสำหรับใครบางคน แต่สำหรับบางคนมันเป็นคำที่ทรงพลังและมีคุณค่าต่อจิตใจ เป็นเหมือนน้ำหล่อเลี้ยงจิตใจให้มีชีวิตอยู่บนโลกใบนี้ “แล้ววันนี้ คุณบอกรักคนข้างๆ หรือ ยังคะ”



รางวัลที่ 2  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



ภาพในใจ

นาวาอากาศโทหญิงสุพัตรา กิจวิสาสะ  
ศูนย์มะเร็ง โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช  
กรมแพทย์ทหารอากาศ



“

“ฉันทเกลียดวันแม่!” เสียงเน้นสูงปริศนารีดสวนผ่านลำโพงโทรศัพท์ มาฉับพลันเกินกว่าจะตั้งรับทัน “ถึงวันแม่ที่ไร หนูต้องเจ็บปวดที่สุดทุกปี ไม่เคยเหมือนคนอื่นเค้าเลย” อีกสองวันข้างหน้าจะถึงวันแม่แห่งชาติ รอบตัวยามนี้ซบกลมด้วยเสียงเพลงชวนให้นึกถึงไออุ่นจากอ้อมอกของแม่ เมื่อวัยเยาว์ แต่สำหรับหญิงสาวคนนี่คงเป็นอีกครั้งที่บาดแผลในใจถูกขยี้ ขยายรอยให้หนองปะทุ

เช่นทุกเย็นเมื่อหมดชั่วโมงทำงาน ผู้คนต่างพากันกรูออกจากตึกใหญ่ เหมือนฝูงนกบินออกจากกรง เย็นนี้ฉันทหยุดเดินและทิ้งตัวลงที่ม้ายาวริมทาง นั้นเอง โทรศัพท์ยังแนบหู อีกฝั่งยังพรังพรูเรื่องหนหลังนับแต่จำความได้ จนเติบโตใหญ่ สลับย้อนไปมาวทวนด้วยน้ำเสียงเจ็บซ้ำ

“ทุกวันนี้ชีวิตหนูดีพอแล้ว เลิกคิดว่าผู้หญิงคนนั้นเป็นแม่ และไม่ต้องการเค้าอีกแล้ว พื่ออย่าโทรมาอีกเลย” ฉันทจะงักอีกครั้ง โทรศัพท์ยังถือค้าง ภาพหญิงวัยกลางคนร่างอวบย้วยผมยุงเหยิง หน้าตาระโหยในชุดผู้ป่วยยับย่น ซีนเหงื่อ นอนอยู่บนเปลเข็นแทรกปะปนกับผู้ป่วยอื่นๆ ในโถงขนาดใหญ่ ของห้องฉุกเฉินลอยขึ้นมาในสำนึก

“ฉันทพอแล้ว” ปลายสายออกซิเจนปล่อยควันอ่อนๆ ผ่านช่องจุก สัมผัสสัญญาณสมบูรณ์ ไม่มีท่าทีลังเล ตัดสินใจเลือกเองในทันทีเมื่อได้รับรู้ว่า เจ็บไข้คราวนี้ขึ้นหนักหนาเกินกว่าจะกลับมีชีวิตเหมือนเดิมได้อีกต่อไป หน้าซ้ายกำลังพาชีวิตของเธอไปสู่ปลายทางในเวลาอันใกล้ ฉันไม่ได้เห็น ความตระหนกตกใจ หรือการปฏิเสธสิ่งที่ได้ยิน หรือโกรธแค้นก่นด่าโชคชะตา ไม่มีแม้คำต่อรองหรือร้องขอใดๆ หลุดจากปาก ทั้งยังไม่เห็นมีใครมาโศกเศร้า ร้องไห้หรือยื่นเกาะเตียงน้ำตาคลอเหมือนผู้ป่วยอื่นๆ ที่ฉันเคยพบเจอ นอกจาก เจ้าของบ้านที่เรอบากหน้าไปขออาศัยในวันที่อับจนทุกหนทาง และเขาก็ส่ง ต่อเธอมาให้โรงพยาบาลแล้ว ไม่มีใครอื่นโผล่หน้ามาเยี่ยมหาเธอแม้แต่คนเดียว ในเวลาอันเป็นขณะสุดท้ายของชีวิต

ใครสองคนตามหมายเลขโทรศัพท์ในแฟ้มประวัติปฏิเสธการรับโทรศัพท์ นับแต่ฉันแจ้งชื่อผู้ป่วยของฉันไปคราวนั้น เมื่อถามหาใครอื่นอีกสักคนที่เธอ คนนี้อาจยังมีหลงเหลืออยู่ในวันท้ายๆ ของชีวิต แม้จะตัดพ้อเจ็บช้ำแต่หมายเลข โทรศัพท์นี้ออกจากปากเธอคล่องชัด และเริ่มมีแววตื่นเต้นวิบๆ ในตากุณินขึ้นมา ฉันจึงได้เพียรกดโทรศัพท์ซ้ำๆ ตั้งแต่เช้า สาย บ่าย และเย็นนี้หลังเลิกงาน เพื่อในที่สุดจะได้รับรู้ถึงความเจ็บช้ำที่ไม่ต่างกัน ในการตัดสินใจของหญิงสาว ผู้ร้าวรานเหล่านี้อาจสาสมแล้ว เมื่อครั้งยังสาวเธอเคยปฏิเสธคู่ครองที่แสนรักเธอ คนแล้วคนเล่า วันนี้เธอจึงไม่สมควรเป็นที่รักของใครแม้สักคน เมื่อเธอเคย ทอดทิ้งลูกน้อยแบเบาะในวันทีพวกเขาร้องหา วันนี้เธอยอมถูกเขาเหล่านั้น ทอดทิ้งบ้าง เมื่อเธอเคยเดินผ่านใครๆ ในเส้นทางชีวิตโดยไม่ปรารถนาความผูกพัน วันนี้ยอมไม่มีใครพันผูกชิดใกล้ เมื่อเธอไม่เคยเป็นผู้ให้มาก่อน แล้วเธอจะมีสิทธิ์ เรียกร้องจากพวกเขาได้อย่างไรในวันนี้

ฉันทยึดหลังตรงพร้อมสุดลมหายใจยาวลึก ผ่อนออกช้าๆ ส่งคำจากใจถึงคนปลายสาย ก่อนจะพักวางเรื่องราวไว้กับดวงตะวันที่กำลังตกดิน

“พีคะ พีคะ นี่หนูเอง ที่พีโทรมาเมื่อเย็น โรงพยาบาลหมดเวลาเยี่ยมก็โหมงคะ หนูกำลังขับรถไป ถึงนั่นคงดี” เสียงจากโทรศัพท์ดังขึ้น เพื่อให้คำเจี๊ยบๆ ของฉันทเกิดปิติเบิกบาน มหัทศจรรย์เป็นเช่นนี้เอง

จากบนเปลเซ็นแคบๆ ที่แผนกฉุกเฉินพลุกพล่าน ไปสู่เตียงนอนในห้องสงบเงียบ ที่จัดไว้เพื่อช่วงเวลาแห่งการร่ำลา เสียงกรีดร้องปฏิเสธของหญิงสาวเปลี่ยนเป็นแนบแก้มพร่ำกระซิบ เวียนโอบกอดเข้าย่นคำ “วันแม่ปีนี้หนูมีแม่แล้ว” แผ่วเบาข้างหูและแขนโอบคนบนเตียงอีกครั้ง กอดกระชับแน่นิ่งและนาน

ชุดโรงพยาบาลสีฟ้าซีดถูกเปลี่ยนเป็นเสื้อกระโปรงลายดอกสดใส ผสมสะอาดหิวเรียบ หน้ามีสีสันแตร้ม หลับพริ้มราวอยู่ในห้วงฝัน มาลัยดอกมะลิสีขาวบริสุทธิ์ที่วางข้างหมอนตั้งแต่วันแรกเจอ เปลี่ยนเป็นสีเข้มขึ้นและเป็นสีน้ำตาลแห่งกรอบในที่สุด วันนี้เก็บใส่กล่องใส “แม่ดูมีความสุขแล้วนะคะพีแม่หน้ายิ้มกว่าวันอื่น แม่ต้องดีใจที่มีหนูมาอยู่ตรงนี้ด้วยแล้ว” แม้ช่วงเวลาแสนสั้นนัก แต่เราก็จับจูนประคองพาเดินทางไปด้วยกันจนถึงสุดปลายถนนชีวิตได้ “แม่อาจไม่ได้ทำอะไรหนูสักอย่างเลยในชีวิตนี้ แต่สิ่งเดียวที่แม่ให้ คือชีวิต นั้นยิ่งใหญ่เหนือสิ่งอื่นใดแล้ว”

ภาพใครคนหนึ่งหลุดพ้นจากการดิ้นรนไขว่คว้า ดวงตาที่เคยลอยคว้างเปลี่ยนเป็นกระพริบรับรู้ถึงอ้อมกอดของคนทีรอคอย ก่อนจะหลับนิ่งนานนิรันดร์ และใครอีกคนหนึ่งซึ่งรวดเร็วฝงลึกนานเนิ่นชั่วชีวิต ได้รื้อคลายปมปมค้ำคาสมานแผลในใจ และก้าวเดินต่อไปอย่างมั่นคง เหล่านี้คือภาพที่ฉันทจดจำ

รางวัลที่ 3  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



ยังรู้จัก.....  
ยังรักเธอ

อุรวรา บุญเจือ

ศูนย์บริการฯ ศิริราช โรงพยาบาลศิริราช

“

วันนี้ เดือนนี้ ปีนี้ ถ้าพ่อยังอยู่ ครอบครัวของเราคงกำลังฉลอง  
วันครบรอบ 74 ปีของพ่อ แต่ วันนี้ เดือนนี้ ในปีที่ผ่านมา มา ที่บ้านไม่มีงาน  
เลี้ยง ถ้าไม่ใส่บาตรตอนเช้า พวกเราก็ไปถวายสังฆทานที่วัด

22 ปีที่เหมือนจะผ่านมาเนิ่นนาน แต่ทุกอย่างยังชัดเจนในความทรงจำ  
ทั้งที่ช่วงสำคัญนั้น ฉันใช้เวลาอยู่กับครอบครัวน้อยมาก เพราะได้ทำงานทันที  
หลังเรียนจบ และในยุคที่การสื่อสารไม่ได้ทันสมัยเหมือนปัจจุบัน คุณกันผ่านตู้  
โทรศัพท์สาธารณะ ส่งข้อความกันทางเพจเจอร์ กว่าจะติดต่อกลับบ้านได้  
ต้องเป็นช่วงพักกลางวันหรือหลังเลิกงาน

ชีวิตการทำงานที่เพิ่งเริ่มต้นได้เดือนเศษ มีเรื่องมากมายที่ต้องทำ  
ต้องเรียนรู้ และปรับตัว วันหนึ่งได้รับข้อความจากพี่ชายว่าพ่อเข้าพักรักษา  
ที่โรงพยาบาลด้วยอาการปวดท้อง มีไข้ หลังจากคุยกันก็ได้ข้อมูลว่า  
ผลเอกซเรย์คอมพิวเตอร์เห็นจุดกระจายทั่วตับ พี่ชายไม่ได้บอกว่าหมอวินิจฉัย  
ว่าอย่างไร แต่น้ำตาฉันไหลแบบไม่สามารถหยุดมันได้

วันที่ไปเยี่ยมพ่อที่โรงพยาบาล พ่อแลดูผอมลง อ่อนเพลีย ตาตัวเหลือง

ห้องโถงและบนแน่นอัดอัดท้องตลอดเวลา แม่เล่าให้ฟังว่า วันที่หมอเรียก พ่อกับแม่ ไปดูผลเอกซเรย์ แล้วบอกว่า ภาพตาข่ายคล้ายร่างแหที่เห็นในแผ่นฟิล์มนั้น คือ มะเร็งตับระยะสุดท้าย พ่อไม่พูดอะไรสักคำ ส่วนแม่ก็นั่งรู้สึกเหมือนถูกค้อนทุบที่หัว ไม่กล้าหันหน้าไปมองพ่อ เพราะน้ำตาไหลตลอดเวลา และไม่รู้ว่าจะควรพูดคำไหนออกไป

สิ่งที่ครอบครัวเราทำแทนการนั่งปรึกษาหารือ เพื่อวางแผนการดูแลรักษาพ่อ หรือวางแผนอนาคตของพวกเราเอง คือ การไปหาหมอดูให้ทำนายชะตาชีวิตของพ่อ ต้องทำอย่างไรเพื่อให้พ่อมีชีวิตอยู่ได้อีกยาวนาน และการบนบานศาลกล่าวกับทุกที่ที่ใครต่อใครรำลือว่าศักดิ์สิทธิ์

ถึงพวกเราจะรู้ว่าพ่อเป็นโรคที่รักษาไม่หาย แต่ก็คิดว่า พ่อคงจะอยู่กับพวกเราได้อีกหลายเดือน หรือเป็นปี อย่างน้อยน่าจะทันงานรับพระราชทานปริญญาบัตรของฉันทันในอีก 2 เดือนข้างหน้าแน่นอน และตัวพ่อเองก็หวังเช่นนั้นเหมือนกัน

หลังจากฉันทันกลับมาทำงานได้เพียง 2 วัน ก็ได้รับข้อความจากแม่ให้โทรศัพท์กลับโรงพยาบาลด่วน ปลายสายแม่บอกว่า “พ่อคงจะไม่ไหวแล้วคุยกับพ่อหน่อยนะ” ฉันทันพยายามบอกตัวเองว่าอย่าเพิ่งร้องไห้ สุดลมหายใจให้ลึกที่สุด แล้วรวบรวมพลังกาย พลังใจเปล่งคำพูดที่อยากจะบอกทั้งหมดให้กับพ่อได้ฟัง หลังวางสายไม่ถึง 15 นาที ก็ได้รับข้อความว่า “พ่อเสียแล้ว”

หลังการสูญเสีย ครอบครัวเราดูเสียศูนย์อยู่ไม่น้อย ไม่รู้ด้วยซ้ำว่าพรุ่งนี้ต้องทำอะไรต่อ แคนคืนวันแรก ยังรู้สึกวุ่นวายทำอะไรไม่ช่างยาวนานเหลือเกิน ขณะขับรถกลับบ้าน พี่ชายคนหนึ่งถามขึ้นมาว่า “พวกเราขับรถลงคลอง

ตามพ่อไปตีใหม่”

การที่ญาติ พี่น้องมารวมตัวกันที่บ้าน และการเตรียมงานเพื่อส่งพ่อ ทำให้พวกเราล้มความเศร้า เสียใจ ไปหลายชั่วขณะ และสามารถหลับได้ในทุกคืน จากความเหนื่อยล้า แต่มั่นกลับมาอีกครั้งเมื่อคนอื่นๆ เริ่มทยอยกลับ จนเหลือเฉพาะครอบครัวเรา ในบ้านเงียบและมีตมมากกว่าที่เคยเป็น

การปรับตัวของแม่ดูเหมือนจะยากกว่าของลูกๆ การใช้ชีวิตคู่ร่วมกับพ่อ มาเกือบ 30 ปี ทุกตารางเมตรของบ้าน ที่แม่บอกว่า มองไปตรงไหนก็คิดถึงพ่อ แม่ปล่อยนกทุกตัวที่พ่อเคยเลี้ยง รื้อกรงทิ้งทั้งหมด แม่ขอย้ายบ้าน และทำเรื่องขอย้ายไปรับราชการที่ต่างจังหวัด รวม 3 แห่งภายในเวลา 2 ปี ตลอด 5 ปีแรก แม่บอกคนรอบข้างเสมอว่า พ่อยังอยู่ใกล้ๆ คอยคุ้มครองและติดตามไปไหนมาไหนด้วยตลอด หรือ เวลาไม่สบายใจ แม่จะคุยหรือกอดรูปของพ่อ ซึ่งทำแบบนี้เป็นประจำอยู่ถึง 8 ปี แม่พยายามใช้ศาสนาเป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจ แรกๆ แม่ชอบไปทำบุญที่วัด สนทนารธรรมกับพระ โดยเฉพาะพระที่มีคนบอกว่าสามารถทำนายทายทักดวงชะตาได้ ช่วงหลังๆ แม่ทุ่มเทกับการทำงาน อยู่สำนักงานจนค่ำ และชอบหิวเองงานกลับมาทำต่อที่บ้านเป็นประจำ หลังเกษียณแม่ยังคงอาสาทำงานเพื่อชุมชน ดูเหมือนการได้ทำงานจะกลายเป็นความสุขของแม่ไปแล้ว ถ้าวันนี้มีใครถามถึงพ่อ แม่จะตอบว่าพ่อไปสบายแล้ว ไม่มีอะไรที่พ่อต้องห่วงอีกต่อไป

ในวันนี้ วันที่ฉันได้รู้จักการดูแลรักษาแบบ Palliative Care ฉันรู้สึกขอบคุณทีมสหสาขาวิชาชีพ ที่ทำให้ฉันมองเห็นอีกศาสตร์ที่ช่วยเหลือผู้ป่วยระยะสุดท้าย ได้ใช้ชีวิตที่เหลืออยู่อย่างจำกัด ให้มีความหมายยิ่งขึ้น ไม่ได้รอ

คอยความตายอย่างโดดเดี่ยวหรือทุกข์ทรมานอีกต่อไป การกระตุกความคิด ผู้ป่วยและญาติ ให้กล้าเผชิญกับความจริง แล้ววางแผน เตรียมตัว เตรียมใจ รับมือกับวันสุดท้ายและการจากลาที่กำลังใกล้เข้ามาในแบบที่เหมาะสมกับ แต่ละครอบครัว เพราะประสบการณ์ที่ผ่านมา ทำให้ฉันตระหนักว่า ทุกนาที ที่เหลืออยู่ล้วนมีค่า และมีความหมายมากมายเหลือเกิน

ยิ่งฉันได้รู้จักกับ Palliative Care ฉันยิ่งรู้สึกขอบคุณแม่อย่างสุดหัวใจ ที่สามารถผ่านช่วงเวลาที่พักรักษาตัวในโรงพยาบาล จวบจนวินาทีสุดท้าย และภายหลังการสูญเสีย โดยสามารถปรับตัวให้อยู่อย่างมีความสุขได้แบบ ทุกวันนี้ แม้จะใช้เวลานานมากก็ตาม วันนี้ ฉันพูดได้เต็มปากว่า “ยิ่งรู้จัก ..... ยิ่งรักเธอ”





รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



# สิ่งที่พอรอคอย

พลอย ภาสน์ภูรี

โรงพยาบาลสิรินธร สำนักการแพทย์ กรุงเทพมหานคร

“

บางครั้งก็รู้สึกว่ ผู้ป่วยระยะสุดท้ายมักจะรู้ในโชคชะตาและสามารถกำหนดชีวิตของตัวเองได้ พวกเขาแค่กำลังรออะไรบางอย่าง การปลดเปลื้องสิ่งที่ค้างคาใจสามารถทำให้ผู้ป่วยเหล่านั้นจากไปอย่างสงบ เหตุการณ์ครั้งนี้ก็เช่นกัน

“พี่พลอยไปคุยกับเคสนี้ให้หน่อยสิ” เสียงน้องเพียงผู้ช่วยเหลือคนไข้ที่น่ารักของเราดังมาแต่ไกล

“ห้องไหนคะ คนไข้เป็นอะไรมา” ดิฉันถามกลับไปโดยไว

บทสนทนานั้นทำให้ดิฉันได้เข้าไปรู้จักกับผู้ป่วยคนหนึ่ง ผู้ป่วยชายวัยกลางคนที่คอยแต่จะหลับตาทุกครั้งทีพยาบาลเข้าไป ปิดไฟ ปิดม่าน ไม่ค่อยพูดหรือตอบคำถามใคร มีผู้ดูแลเป็นชาวพม่าที่สื่อสารภาษาไทยไม่ได้ แต่สิ่งที่สังเกตได้คือวันไหนที่ลูกชายมานอนเฝ้า คุณลุงจะพูดคุยและอารมณ์ดีเป็นพิเศษ ทว่าก็นานๆ ครั้ง

คุณลุงเป็นผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย เริ่มจากที่ปอดและตอนนี้ลุกลามไปที่ลำไส้ เคยได้รับการรักษาทั้งการผ่าตัด การให้เคมีบำบัด และการฉายแสง

แล้ว แต่ร่างกายไม่ตอบสนอง อาการทรุดหนักลงทุกวัน คุณลุงมักจะพูดว่า “หมอบอกว่าทำอะไรไม่ได้แล้ว”

การเข้าไปพูดคุยกับคุณลุงครั้งแรกไม่เป็นผล “คุณลุงคะ คุณลุง...”

คุณลุงหลับตาใส่ ดิฉันใช้ความพยายามเข้าไปอีกหลายครั้งเพื่อสร้างสัมพันธภาพ ให้การพยาบาลด้วยความนุ่มนวล ดูแลความสุขสบาย บรรเทาอาการปวดและจัดการอาการรบกวนที่เกิดขึ้นกับคุณลุง ทำให้คุณลุงเริ่มเกิดความไว้วางใจ และพูดคุยด้วยอย่างเป็นมิตร

คุณลุงเล่าให้ฟังว่า คุณลุงมีลูกสองคน ภรรยาเสียชีวิตไปแล้วเมื่อสามเดือนก่อนจากโรคมะเร็งปอด ก่อนหน้านั้นคุณลุงมีฐานะยากจน ภรรยาต้องทำงานหนัก ขายเป็นตั้งแต่เช้าจนค่ำ ภายหลังจึงเริ่มมีกินมีใช้อย่างสบาย มีรถรับส่งของสามคัน ทุกอย่างกำลังไปได้ดี แต่ภรรยาก็ล้มป่วยและจากไปก่อน ทั้งที่คุณลุงยังไม่เคยได้ทำสิ่งดี ๆ ให้ภรรยาเลย คุณลุงบอกว่ารู้สึกเสียใจที่ไม่มีโอกาสได้อยู่กับภรรยาในวันที่เธอจากไป เพราะคุณลุงต้องเข้ารับการผ่าตัดปอด งานศพบรรยากาศคุณลุงก็ไม่ได้ไป ตอนนี้รู้สึกไม่ยอมมีชีวิตอยู่แล้ว อยากไปอยู่กับภรรยา คุณลุงเล่าด้วยสีหน้าเศร้าซึม ใบหน้าเต็มไปด้วยน้ำตา ดิฉันฟังแล้วอดเศร้าตามคุณลุงไม่ได้จริงๆ

คุณลุงเล่าต่อว่า “ลูกสองคนก็ไม่สนใจลุง ยังโกรธที่ลุงเคยทำไม่ดีไว้สมัยก่อนลุงชอบกินเหล้าและไม่สนใจดูแลลูกเมีย ตอนนี้นุงปวดท้องทรมานเหลือเกิน แน่นท้องมาก คูสิท้องลุงใหญ่มากเลย” พูดพร้อมชี้มือให้ดู “ลุงไม่ได้กินอะไรมาหลายวันแล้ว กินอะไรไปก็อ้วกออกมาหมด ลุงไม่รู้ว่าจะมีชีวิตอยู่ต่อไปทำไม เมื่อไหร่ลุงจะตาย ถึงยังไงก็ต้องตายอยู่ดี” คำพูดนั้นทำให้ดิฉันจุกและยืนนิ่งอยู่พักใหญ่ บางครั้งคนเราก็ไม่ได้กลัวความตาย

แต่กลัวความทรามานและความเจ็บปวดมากกว่า

หลังจากนั้นดิฉันได้รายงานแพทย์เจ้าของไข้และปรึกษาคุณหมอจิตเวชตามขั้นตอนเพื่อประเมินอาการ คุณแลจัดการอาการปวด ให้นยาตรงเวลาตามแผนการรักษา จัดการอาการรบกวนและอาการแน่นท้องให้ผู้ป่วยสุขสบายแต่นั้นคงยังไม่ดีที่สุดที่จะทำให้คุณลุงได้ คิดอยู่ในใจว่าต้องทำอะไรให้คุณลุงได้มากกว่านี้ อะไรที่จะทำให้คุณลุงมีกำลังใจ มีคุณภาพชีวิตที่ดีกว่านี้ และดิฉันก็มีโอกาสได้เจอกับลูกชายและลูกสาวของคุณลุง ได้พูดคุยถึงอาการและความรู้สึกของคุณลุง

ลูกสาวบอกว่า “พ่อพูดแบบนี้มาตั้งแต่แม่ตาย เมื่อก่อนตอนแม่อยู่ พ่อไม่เคยทำดีกับแม่เลย แม่ทำงานหนัก แต่พ่อกลับเอาแต่กินเหล้า พ่อไม่เคยเลี้ยงลูก ไม่เคยจ่ายค่าเรียนให้ลูกด้วยซ้ำ แล้วจะมาต้องการอะไรตอนนี้” ลูกสาวพูดด้วยน้ำเสียงสั่นเครือ

“พี่ยังโกรธพ่อที่ในอดีตไม่ดูแลครอบครัวหรือคะ”

“ตอนนี้พี่รู้สึกยังไงกับพ่อคะ”

“ก็อยากให้พ่อรู้ว่าการถูกทอดทิ้งเป็นยังไง การต้องลำบากต้องสู้ตามลำพังเป็นยังไง”

“จากอาการของคุณลุง น่าจะมีโอกาสอยู่กับเราได้อีกไม่นาน พี่จะไม่เสียใจจริงๆ ไข้ไหม ถ้าปล่อยให้ทุกอย่างจบลงแบบนี้” ลูกสาวนิ่งเงียบไม่ตอบอะไร

“ทุกวันนี้ด้วยอาการของโรค คุณลุงก็ต้องทรามมากอยู่แล้ว หลายครั้งที่อาเจียนเป็นเลือดและปวดท้องจนนอนบิตอยู่บนเตียง ตอนนี้คุณลุงต้องต่อสู้

กับความเจ็บปวดเหล่านั้นตามลำพัง ต่อสู้ทั้งที่ไม่มีหวังว่าจะหาย ได้แต่รอวันที่จะจากไป ความเจ็บปวดทางร่างกายของคุณลุงไม่มีใครช่วยบรรเทาได้ แต่ครอบครัวสามารถเป็นกำลังใจที่ดีที่สุดได้้นะคะ” ลูกสาวก้มหน้าน้ำตาคลอ

“พี่คงรู้อยู่แล้วว่าตอนนี้คุณลุงต้องการอะไรมากที่สุด”

หลังเหตุการณ์วันนั้น ดิฉันเห็นลูกๆ มาอยู่กับคุณลุงบ่อยขึ้น จากที่ไม่เคยทำอะไรให้เลยก็เริ่มมาเรียนรู้การดูแลผู้ป่วยกับพยาบาล เรียนรู้การเช็ดตัว การให้อาหารทางสายยาง

โรคของคุณลุงทวีความรุนแรงมากขึ้นเรื่อยๆ แต่น่าแปลกที่คุณลุงกลับดูแจ่มใสกว่าเดิม ความรักจากคนในครอบครัวเติมพลังให้คนป่วยได้อย่างน่าอัศจรรย์จริงๆ ดิฉันคิดว่านี่คงเป็นช่วงเวลาแห่งความสุข ความปิติยินดี ความอึดอ้อมใจที่สุดของคุณลุงแล้ว คุณลุงชอบคุณที่ทำให้ได้ปรับความเข้าใจกับลูกและได้รับการให้อภัย

วันนี้ลูกชายของคุณลุงมาแต่เช้า เพราะเรามีนัดจะฝึกให้ญาติผู้ป่วยให้อาหารทางสายยางกับผู้ป่วยเป็นครั้งแรก ลูกชายคุณลุงเป็นคนให้อาหารพ่อนมมือเที่ยง แวดตาคุณลุงดูมีความสุข อาหารมือนั่นคงเป็นมือที่อร่อยที่สุดของคุณลุง

คุณลุงบอกว่าอยากสรรหามาจะทำให้อาหารได้อย่างสบาย นื่องเพียงผู้ช่วยเหลือคนไข้ของเราที่เปิดตัวในฉากแรกและในฉากสุดท้ายนี้ก็เช่นกัน เธอสรรหมาให้คุณลุงในช่วงป่วยแก่ๆ หลังสรรหามาเสร็จ คุณลุงชอบคุณและบอกนื่องเพียงว่า รู้สึกสบายและมีความสุขมาก จากนั้นไปน่าจะหลับได้อย่างสบายเสียที

จากนั้นไม่นาน เหตุการณ์ที่ทุกคนไม่อยากจะให้เกิดก็เกิดขึ้น ลูกชายของคุณลุงเดินเข้ามาหาพวกเราด้วยน้ำตานองหน้า “พ่อไม่หายใจแล้วครับ” “เสียใจด้วยนะค่ะ คุณลุงไปสบายแล้วค่ะ” ดิฉันปลอบญาติ ทั้งที่ตัวเองก็เศร้าไม่แพ้กัน

“ขอบคุณมากนะค่ะรับ ถ้าไม่ได้พี่เตือนสติพวกเราวันนั้น พวกเราก็คงยังไม่ให้อภัยพ่อ และวันนี้ก็คงต้องเสียใจไม่ได้ทำอะไรให้พ่อเลย”

คำพูดนี้ทำให้หัวใจของคนเป็นพยาบาลกลับมาพองโตอีกครั้ง เพราะครั้งนี้ นอกจากจะดูแลผู้ป่วยจนผู้ป่วยเสียชีวิตอย่างสงบ สมศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ ได้ปลดเปลื้องสิ่งที่ค้างคาใจแล้ว ยังได้ดูแลเตรียมจิตใจของญาติที่จะต้องพบกับความสูญเสียในคราเดียวกัน

รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



อหสิกรรม  
นำปฏิกิริยา  
ก่อนจากไป

จินตหรา บุญเชื่อม

ทอผู้ป่วยหนัก โรงพยาบาลมะเร็งลพบุรี



“

จากประสบการณ์การเป็น Palliative Care Ward Nurse ฉันเรียนรู้ว่าหัวใจสำคัญของการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายและครอบครัวนั้น ปัจจัยแห่งความสำเร็จอย่างหนึ่งที่ขาดไม่ได้ นั่นคือ “ใจ” ใจที่ต้องการดูแลผู้อื่นด้วยความเป็นมนุษย์ และฉันมีความสุขทุกครั้งที่ได้ช่วยเหลือผู้ป่วยให้จากไปอย่างสงบโดยไม่มีสิ่งใดติดค้างในโลกนี้

เรื่องราวของผู้ป่วยที่ฉันประทับใจที่จะเล่า เป็นเรื่องราวของคุณลุงวัย 56 ปี นามว่า “ลุงดอน” ลุงดอนป่วยเป็นมะเร็งลำไส้ใหญ่ระยะสุดท้าย ปีนี้เป็นปีที่ 3 หลังจากเริ่มการรักษาครั้งแรก ลุงดอนไม่สามารถถ่ายอุจจาระทางทวารหนักได้ ต้องได้รับการรักษาด้วยการผ่าตัดเปิดทวารเทียม การฉายรังสีรักษา การให้ยาเคมีบำบัด และการผ่าตัดเอาลำไส้ส่วนเสียออกตามลำดับ

ภายหลังผ่าตัดแผลผ่าตัดไม่ค่อยจะสู้ดีนัก มีการบวม แยก และรั่วซึมของลำไส้ ทำให้ต้องมีการผ่าตัดซ่อมแซมหลายรอบ รวมการผ่าตัดของลุงดอนทั้งสิ้น 6 ครั้ง หลังผ่าตัดคุณหมอได้ย้ายลุงดอนเข้าสังเกตอาการที่ไอซียู

เนื่องจากผลการผ่าตัดครั้งนี้ไม่ค่อยดี คุณหมอเสาวลักษณ์หมอเจ้าของไข้ ได้คุยอาการกับ “ป้าทิ่ง” ซึ่งเป็นภรรยาของลุงดอน พอจะสรุปความได้ว่า ลุงดอนอาการหนักมากแล้ว ไม่สามารถให้การรักษาใดๆ ได้อีก มีอยู่ทางเดียวคือรักษาตามอาการ และให้การรักษาแบบประคับประคองเพื่อช่วยให้คุณลุงได้จากโลกนี้อย่างสงบ ไม่ทุกข์ทรมาน ป้าทิ่งรับรู้ว่าการตี แต่ก็ไม่รู้จะทำอะไรได้แต่นั่งร้องไห้หน้าตึก

หลังจากฉันได้ฟังประวัติของลุงดอน ก็เกิดความประหลาดใจไม่น้อย คนที่ตัดสินใจผ่าตัดถึง 6 ครั้ง ทั้งๆ ที่ทราบดีว่าโอกาสหายแทบจะไม่มีเลย เขาต้องมีเรื่องที่ห่วงและกังวลขนาดไหนที่ยอมทำทุกอย่างเพื่อให้ตัวเองมีชีวิตอยู่ ฉันในฐานะเป็นพยาบาลเจ้าของไข้และเป็นพยาบาลผู้ดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองจึงเข้าไปพูดคุยกับลุงดอนและป้าทิ่งหลายครั้ง เพื่อสร้างความคุ้นเคยและความไว้วางใจให้กับทั้งคู่

ในที่สุดความสม่ำเสมอและความพยายามของฉันก็ประสบความสำเร็จ ในที่สุดป้าทิ่งก็กล้าที่จะพูดคุยเปิดใจกับฉัน ป้าทิ่งเล่าพร้อมทั้งน้ำตาว่า ลุงดอนเป็นรองนายก อบต. เป็นที่รักใคร่ของชาวบ้าน และแน่นอนเป็นที่หมายปองของบรรดาสาวแก่แม่หม้าย และตามที่ดินคาคดการณืไว้ ลุงดอนมีภรรยาอีกคน ความสัมพันธ์ของลุงกับภรณยาน้อยต่อเนื่องยาวนานมาจนถึงทุกวันนี้ ทั้งคู่อยู่กันแบบลับๆ ไม่เปิดเผย แต่ป้าก็รู้เรื่องทุกอย่าง ป้าเคยขอหย่าแต่ลุงไม่ยอม เพราะป้าเป็นภรรยาที่ดี ดูแลเรื่องทุกอย่างเป็นอย่างดีไม่มีขาดตกบกพร่อง ป้าทิ่งไม่รู้จะทำอะไรได้แต่ปล่อยเลยตามเลย แต่ตั้งแต่ลุงเริ่มป่วย ลุงดอนต้องนอนโรงพยาบาลตลอดเป็นเวลาหลายเดือน บ่อยครั้งที่ลุงดอนทำหน้าเศร้า

เหมือนคิดถึงใครบางคนทำให้ปวดคิดไม่ได้ว่าลุงคิดถึงภรรยาอีกคน จากการพูดคุยกันเรื่องนี้เราสองคนจึงตกลงกันว่าจะให้ลุงตอนได้พบกับภรณยาน้อย เพื่อช่วยให้ลุงได้โอโสิกรรมกับภรณยาน้อย

เย็นวันนั้นป่าทิ้งรวบรวมความกล้า และตัดสินใจโทรไปหาภรณยาน้อย ขอให้ภรณยาน้อยมาโอโสิกรรมกับลุงตอนเป็นครั้งสุดท้ายเพื่อจะได้ไม่มีเวรกรรมต่อกัน เช้าวันต่อมาภรณยาน้อยของลุงตอนก็มาตามที่ได้นัดหมาย ป่าทิ้งรู้หน้าที่ดี เปิดโอกาสให้ทั้งสองได้อยู่ด้วยกัน ได้ปรับทุกข์ และขอโอโสิกรรมให้กัน ณ ตอนนั้นฉันขอยอมรับเลยว่า ป่าทิ้งเป็นภรรยาที่เข้มแข็งมาก หลังจากที่ภรณยาน้อยของลุงตอนกลับไป ป่าทิ้งแอบมากระซิบทิ้งท้ายไว้ว่า ป่าเพิ่งทราบข่าวว่าภรณยาน้อยคนนี้อีกกำลังจะมีความรักครั้งใหม่กับชายอื่น แต่ป่าไม่ได้บอกความจริงข้อนี้กับลุง เพราะไม่มีประโยชน์ที่จะรื้อฟื้นหรือซ้ำเติมกัน

เช้าวันศุกร์ลูกชายป่าทิ้ง ชื่อคุณนคร มาเปลี่ยนเฝ้าลุงตอน ในระหว่างที่คุณนครเฝ้าไข้ ฉันสังเกตเห็นความสัมพันธ์ที่ไม่ค่อยราบรื่น เป็นความรู้สึกที่ไม่ปกติเหมือนพ่อลูกทั่วไป ฉันพยายามที่จะเข้าถึงความสัมพันธ์ที่ไม่ปกตินี้ แต่คุณนครเป็นคนที่เข้าถึงค่อนข้างยาก ภายนอกอาจดูเป็นปกติ แต่ภายในใจนั้นซับซ้อนไม่น้อย

เช้าวันเสาร์เราสามคนได้พูดคุยถึงความต้องการสุดท้ายของลุงตอน ยังมีสิ่งหนึ่งที่ลุงอยากทำแล้วไม่ได้ทำคือ การไปไหว้หลวงพ่อโสธรที่ฉะเชิงเทรา จากการสอบถามสาเหตุฉันพบว่าคุณนครเป็นครูสอนอยู่ที่ฉะเชิงเทรา วันที่ลุงตอนพาคุณนครไปรายงานตัว ได้แค่ขับรถผ่านและยกมือไหว้ แต่ไม่ได้เข้าไปสักการะเนื่องจากรีบกลับมาประชุม จึงอยากไปสักการะสักครั้งในชีวิต และ

จะขอพรให้หลวงพ่อกปักษ์คุ้มครองคนในครอบครัวให้แคล้วคลาดปลอดภัย  
หลังจบการสนทนาฉันสัญญากับลุงว่าจะช่วยให้ลุงได้สักการะหลวงพ่อโสธรฯ  
ให้ได้

เช้าวันอาทิตย์ลูกชายกลับไปทำงานตามปกติ ฉันวางแผนว่าจะช่วยให้  
ลุงตอนสมหวัง โดยการให้ลุงตอนได้สักการะหลวงพ่อโสธรฯ ทางวีดีโอคอล  
ฉันได้เพิ่มเพื่อนทางไลน์กับคุณนคร และได้ตกลงกันให้คุณนครวีดีโอคอล  
มาตามที่เราวางแผนไว้ แต่ผ่านไปหลายวันคุณนครก็ไม่วีดีโอคอลมาสักที  
สอบถามไปที่ใครก็บอกว่าไม่ว่าง ในขณะเดียวกันอาการของลุงตอนก็ไม่ได้  
รอกอยลูกชายเช่นกัน ลุงเริ่มมีอาการปวดแผลมากขึ้น จากยาฉีดยาบรรเทาปวด  
ปริมาณเล็กน้อยก็ต้องเพิ่มขนาดเป็นปริมาณสูง และต้องให้ทางกระแสเลือด  
อย่างต่อเนื่อง เพื่อช่วยให้ลุงตอนหลับและบรรเทาอาการปวด ลุงตอนเริ่ม  
เพ้อมาก และหลับมากขึ้น ระดับการรับรู้สติลดลง ฉันได้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับ  
การเปลี่ยนแปลงในระยะก่อนตายให้ป่าทิ้งฟัง ป่าทิ้งน้ำตาไหล กลัวลูกชาย  
จะมาไม่ทันดูใจพ่อ ป่ารู้ดีว่าสองพ่อลูกมีเรื่องไม่ลงรอยกัน เรื่องภรรยาของ  
ของพ่อ อยากให้ลูกชายมาโหสิกรรมให้กับพ่อเป็นครั้งสุดท้าย

เช้าวันถัดมาในวันที่ฉันเวรเช้า ป่าทิ้งเดินมาหาฉันและบอกว่า  
“คุณพยาบาลลูกชายเขาจะวีดีโอคอลมาตอนนี้” เขามีโอกาสไปรับเสด็จ  
สมเด็จพระเทพฯ ณ วัดโสธรฯ ฉันดีใจมากรีบวิ่งถือโทรศัพท์ไปหาลุงตอน  
เราสองคนเรียกลุงหลายครั้ง แต่ลุงก็ไม่ตื่น ช่วงนั้นลูกชายวีดีโอคอลมาพอดี  
เห็นพ่อนอนหายใจแบบหิวอากาศ ไม่รู้สึกตัวก็ร้องไห้ ปากได้แต่พร่ำบอก  
“พ่อตื่นสิพ่อ ผมรักพ่อนะ ผมไม่โกรธพ่อแล้ว ผมโหสิกรรมให้พ่อแล้ว ตอนนี้  
ผมอยู่ที่วัดหลวงพ่อโสธรฯ พ่ออยากสักการะหลวงพ่อไม่ใช่หรือ พ่อตื่นมาไหว้

หลวงพ่อก่อน” ลูกชายพูดทั้งน้ำตา สถานการณ์นี้แม้แต่ฉันก็น้ำตาร่วง เหมือนกัน แต่เหมือนมีปาฏิหาริย์ ป้าทิ้งเข้าไปกระซิบบอกที่ข้างหูของลุงดอน “พ่อตื่นมาไหว้หลวงพ่อโสธรฯ ก่อน แกอยากจะสักการะหลวงพ่อสักครั้ง ‘ไม่ใช่รี’” ภาพที่ฉันเห็นหลังจากนั้น ลุงดอนสะดุ้งตื่นคล้ายคนนอนผวา ลุงล้มตาขึ้นมองหน้าลูกชาย และหลวงพ่อโสธรฯ ตรงหน้า มือสองข้างที่ ไร้เรียวแรงกลับมีแรงยกขึ้นมาอีกครั้ง แล้วรวบเข้ามาที่หน้าอกแบบสั้นๆ แล้วพูดว่า “สาธุ สาธุ” แล้วพูดต่อว่า “ไหนละนคร นครลูกพ่อ พ่อรักลูกนะ” คุณนครได้บอกให้ลุงดอนรอ “เสริจตุระแล้ว ผมจะรีบไปหาพ่อทันที พ่อรอผม ก่อนนะ ผมรักพ่อ” ลุงดอนพยักหน้าและมีน้ำตาใสๆ ไหลออกมา

หลังจากคุณนครเสริจาริกก็รีบขับรถตรงมาที่โรงพยาบาล และเข้ามากราบเท้าขอโหสิกรรมลุงดอนเป็นครั้งสุดท้ายก่อนที่ลุงจะหมดสติไปอีกรอบ ช่วงสายของวันอาทิตย์ลุงดอนได้จากไปอย่างสงบท่ามกลางครอบครัว และญาติพี่น้อง ที่ลูกรักและคุ้นเคย

ฉันเชื่อว่า การโหสิกรรมเป็นบุญกุศลอันยิ่งใหญ่และได้ผลทันตา สามารถกำจัดความโกรธ ความแค้น ความพยายาบท ให้หลุดพ้นไปได้ เป็นการชนะใจตัวเอง เมื่อได้อโหสิกรรมแล้วไม่มีความโกรธ ไม่มีความแค้น เหลืออยู่อีก ก็เหมือนเป็นการปลดของหนักออกจากบ่า ทำให้ตัวเบาสบาย ทำให้จิตใจแจ่มใส มองเห็นแสงสว่าง ทำให้ได้สติกลับมาเป็นตัวเอง ไม่เป็นทาสของกิเลส ตัณหา และความพยายาบท กลับให้สบายนะลุงดอน ชาตินี้ลุงไม่ต้องทุกข์ทรมานอีกแล้ว และหากชาติหน้ามีจริงขอให้ลุงเกิดมาร่างกาย แข็งแรง สมบูรณ์ มีครอบครัวที่รักและเป็นห่วงอย่างนี้ตลอดไป

รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



ความคิด  
ที่เปลี่ยนไป

กัญทิมา กุลสงวนศรี  
การแพทย์แผนไทยประยุกต์  
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

“

ก่อนหน้านี้นี้สัก 2 ปี เวลามีคนมาพูดเรื่องความตายกับฉัน ฉันรู้สึกว่าเป็นเรื่องไกลตัวมาก ด้วยความคิดที่ว่าความตายมักเกิดกับผู้สูงอายุ คนที่เจ็บป่วยมากหรือป่วยเป็นเวลานานๆ ความตายเท่าที่ได้ประสบมากับคนใกล้ชิด มีเพียงแต่การจากไปของอาภรณ์กับอาม่า ตอนท่านในวัย 80-90 ปี ซึ่งสำหรับคนอายุยังไม่ถึง 30 ปีอย่างฉันในตอนนั้น ความตายดูเหมือนเป็นเรื่องที่ไม่น่าจะต้องเป็นห่วงไปอีกนาน แต่หลังจากพบกับผู้ป่วยคนหนึ่ง ความคิดของฉันก็เปลี่ยนไป

ฉันเป็นแพทย์แผนไทยประยุกต์คนหนึ่งที่ได้มีโอกาสไปดูแลผู้ป่วยของศูนย์บริการที่หอผู้ป่วย มว. 2 ในช่วงแรกๆ ฉันได้พบกับผู้ป่วยหญิงอายุ 31 ปีรายหนึ่ง เธอได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นมะเร็งกระเพาะอาหาร มารับการรักษาที่นี้เพื่อดูแลอาการปวดท้อง แน่นท้อง ตอนที่พบผู้ป่วยครั้งแรก ฉันรู้สึกเพียงว่าเธออายุน้อยกว่าผู้ป่วยของศูนย์ฯคนอื่น ๆ แต่ไม่ได้คิดอะไรมากกว่านั้น ฉันได้ทำหัตถการที่แพทย์แผนไทยประยุกต์สามารถบรรเทาดูแลให้กับเธอได้ นั่นคือการนวดไทยและประคบสมุนไพร เพื่อช่วยลดอาการ

ปวดกล้ามเนื้อ เนื่องจากผู้ป่วยต้องนอนอยู่บนเตียงตลอดเวลา

ฉันพบกับผู้ป่วยรายนี้ทุกวันจันทร์ ซึ่งแต่ละครั้งที่เจอเธอ ก็ได้เห็นถึงสภาพร่างกายของเธอที่เปลี่ยนไปเรื่อยๆ จากเดิมที่เป็นผู้หญิงร่างเล็กอยู่แล้ว สัปดาห์หลังๆ เธอยิ่งตัวเล็กลงไปอีกมาก ใบหน้าซูบตอบจนเห็นโหนกแก้มชัดเจน ร่างกายซูบผอมจนเหมือนเหลือเพียงผิวหนังที่หุ้มกระดูกไว้ แต่สิ่งที่ไม่เปลี่ยนแปลงเลยคือเรื่องกำลังใจจากครอบครัว จากแม่ของเธอที่ยังคอยดูแลอยู่ไม่ห่าง แม้ในช่วงแรกๆ ที่ได้เจอกันแม่จะยังมีน้ำตาอยู่บ้าง แต่ๆ ละครึ่งที่พบกันแม่ดูเข้มแข็งขึ้นมาก และความเข้มแข็งนั้นก็ยิ่งส่องประกายอยู่ในแววตาของลูกสาว ทำให้รู้ว่าสภาพจิตใจของเธอเองก็ยังคงอยู่ตลอดเวลาที่ได้เจอกัน

ผู้ป่วยชอบดูรายการแนะนำอาหารและการทำอาหาร ซึ่งตอนแรกฉันคิดว่าถ้าเราเปิดรายการเหล่านี้ให้เธอดูจะทำให้เธอรู้สึกหิว เพราะเธอไม่สามารถกินอาหารเหล่านั้นได้ ฉันเลยพยายามจะเปลี่ยนช่องหรือเปลี่ยนหัวข้อในการพูดคุยไปเป็นเรื่องอื่น เธอกลับบอกฉันว่า สิ่งนี้ทำให้เธอมีความสุข เพราะเธอชอบเรื่องอาหารมาก ตอนที่ยังไม่ป่วยเธอจะมีความสุขกับการกินอาหารอร่อยๆ ตามที่ต่างๆ ทุกครั้งที่เล่าเรื่องอาหารเธอจะมีรอยยิ้มอยู่เสมอตอนนี้แม้ว่าเธอจะไม่สามารถรับอาหารทางปากได้เนื่องจากมีภาวะลำไส้อุดตันต้องรับสารอาหารทางหลอดเลือดแทน แต่การดูโทรทัศน์เกี่ยวกับรายการอาหารก็ยังเป็นกิจกรรมอีกอย่างหนึ่งที่ทำให้การนอนอยู่บนเตียงในโรงพยาบาลไม่ใช่เรื่องที่น่าเบื่อจนเกินไป ความรู้สึกของผู้ป่วยต่างกับความคิดเห็นของฉันอย่างสิ้นเชิง ถ้าในตอนนั้นฉันตัดสินใจเปลี่ยนช่องโทรทัศน์ไปโดยไม่สอบถาม



ความคิดเห็นของเธอ เพียงเพราะคิดว่าจะทำให้เธอทุกข์ มันก็คงเป็นการขัดขวางความสุขของเธอที่มีกับเรื่องนี้ เธอสอนให้ฉันได้รู้ว่า เราไม่ควรเอาความคิดตัวเองเป็นที่ตั้ง คนที่เราควรเอาใจใส่คือผู้ป่วยที่อยู่ตรงหน้า ความหวังดีที่เรามีในบางครั้งอาจจะไม่ได้ทำให้ผู้ป่วยมีความสุข

หลายสัปดาห์ผ่านไป วันจันทร์ก็วนมาถึงอีกครั้งที่ฉันจะได้ดูแลผู้ป่วยรายเดิม แต่พอมาถึงที่หอผู้ป่วยปรากฏว่าห้อง 17 ห้องประจำที่ผู้ป่วยรายนี้ คนนี้อยู่หลับปิดไฟเงียบ พอเดินเข้าไปดูปรากฏว่าห้องว่างเปล่า ไม่มีใครอยู่เลย สอบถามกับพี่พยาบาลจึงทราบว่าผู้ป่วยเสียชีวิตไปแล้ว ตอนนั้นรู้สึกตกใจระคนไปกับความเสียใจ การที่ได้ดูแลพูดคุยกันมาหลายสัปดาห์ ทำให้รู้สึกว่าผู้ป่วยรายนี้เป็นเหมือนเพื่อน เหมือนคนรู้จัก ฉันยังมีเรื่องอาหารที่เตรียมจะเอามาเล่าให้เธอได้ฟัง ตอนที่เจอกันสัปดาห์ก่อนหน้าเธอยังบ่นว่าอยากรับประทานไอศกรีม ซึ่งฉันตั้งใจไว้ว่าจะซื้อมาให้ แต่วันนี้ผู้ป่วยได้จากไปแล้ว ทุกอย่างที่ฉันคิดว่าจะทำให้เธอไม่มีโอกาสได้อีกต่อไปแล้ว

การจากไปของผู้ป่วยรายนี้ทำให้ฉันกลับมามองตัวเอง ทบทวนตัวเอง ความตายเป็นเรื่องที่ไม่ได้เกี่ยวกับอายุมากหรือน้อย เป็นเรื่องธรรมชาติที่เกิดขึ้นได้กับทุกคนไม่ว่าจะเวลาไหนก็ตาม ความตายไม่ใช่เรื่องไกลตัวและไม่ได้สงวนไว้แต่กับคนแก่ชราเท่านั้น ซึ่งถ้าในวันนี้หรือพรุ่งนี้ความตายเกิดขึ้นกับตัวเอง ฉันยังคงมีอีกหลายๆ เรื่องที่รู้สึกเสียดายเพราะไม่ได้ลงมือทำ ตั้งแต่ตอนที่ยังมีโอกาส การแสดงความรักกับพ่อแม่เป็นเรื่องแรกๆ ที่เข้ามาในความคิดของฉัน การกอดพ่อแม่เป็นเรื่องที่จำได้ว่าเคยทำตอนที่ยังเด็กมากๆ ซึ่งพอโตขึ้นก็ไม่ได้กอดท่านอีกเลย จะกลับมากอดกันอีกมันก็เขินอายกัน

ทั้งสองฝ่าย แต่หลังจากเหตุการณ์ที่ผู้ป่วยเสียชีวิตในวันนั้น พอกลับถึงบ้านฉันตรงเข้าไปกอดพ่อกับแม่ทันที แน่ใจว่าแม่ตกใจ ฉันจึงเล่าเรื่องผู้ป่วยรายนี้ให้แม่ฟังและได้เปิดใจคุยเรื่องการจากไป การจัดการร่างกายรวมถึงเรื่องอื่นๆ อย่างคร่าวๆ ซึ่งเป็นเรื่องใหม่ที่ไม่เคยคุยกันมาก่อนในครอบครัวทั้งๆ ที่วันหนึ่งการจากลาทย่อมมาถึง แต่เรากลับไม่เคยหาโอกาสพูดคุยเรื่องนี้กันเลย

การดูแลผู้ป่วยรายนี้ทำให้ฉันได้เปลี่ยนความคิด การจากไปของเธอทำให้ฉันมีสติอยู่กับชีวิตมากขึ้น ในเมื่อเราไม่มีทางรู้ว่าความตายจะมาถึงเราเวลาไหน คงจะเป็นการดีกว่าหากเราใช้ชีวิตอย่างมีสติพร้อมรับกับการจากไปอยู่เสมอ



รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



ความรัก  
ความหวัง  
รอยยิ้ม

ชลธิชา วัชรศักดิ์ตระกูล  
งานการพยาบาลผู้ป่วยพิเศษ  
ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช

“

คุณคิดว่าความหวังของพ่อแม่คนหนึ่งมุ่งหวังในสิ่งใด บางคนอาจบอกว่าอยากให้ลูกมีหน้าที่การงานที่ดี ประสบความสำเร็จในชีวิต บางคนไม่ขออะไรขอแค่ให้ลูกมีความสุขร่างกายที่แข็งแรง เป็นที่รักของเพื่อนที่ทำงาน บุคคลรอบข้างและสังคม แต่สุดท้ายแล้ว สิ่งที่พ่อแม่ทุกคนมุ่งหวังมากที่สุดกลับเป็นเพียงต้องการให้ลูกของตนใช้ชีวิตอย่างมีความสุข

ผู้ป่วยท่านหนึ่งซึ่งมีสถานะของคำว่า “แม่” รวมอยู่ด้วย มาเข้ารับการรักษาแบบประคับประคองที่หอผู้ป่วย ม.ว. 2 ผู้ป่วยท่านนี้มาด้วยระบบทางเดินอาหารอุดตัน ไม่สามารถรับประทานอาหารเองได้ ทำได้เพียงจิบน้ำเท่านั้น จึงมีความจำเป็นต้องได้รับน้ำเกลือและสารอาหารทางการแพทย์ผ่านทางหลอดเลือด ซึ่งผู้ป่วยคิดมาโดยตลอดว่า ถ้าไม่ได้สารอาหารผ่านทางหลอดเลือด ตนคงไม่สามารถมีชีวิตอยู่ได้จนทุกวันนี้ และอาจจะเสียชีวิตไปก่อนหน้านี้

ผู้ป่วยก็ยังคงสู้ตลอดมา เพื่อหวังว่าจะอยู่ถึงวันที่ได้เห็นบุตรสาวของตนมีคนที่พร้อมจะเข้ามาดูแลลูกแทนที่แม่คนนี้ในวันที่ร่างกายแม่เริ่มอ่อนแอ

ลงไปเรื่อยๆ หรือในวันที่แม่จากโลกนี้ไปตลอดกาล แล้ววันหนึ่งก็มีคนที  
พร้อมเข้ามาดูแลลูกสาวแทนแม่คนนี้ ลูกสาวผู้ป่วยจึงตัดสินใจแต่งงาน

วันแต่งงานของลูกสาวอยู่ในช่วงเวลาที่ผู้ป่วยนอนพักรักษาตัวอยู่ใน  
โรงพยาบาล ผู้ป่วยและลูกสาวจึงตัดสินใจปรึกษาแพทย์เจ้าของไข้และ  
ทีมผู้ดูแล เพื่อที่จะขออนุญาตและขอความคิดเห็นจากแพทย์ ในการ  
ไปร่วมงานแต่งงาน ขณะนั้นผู้ป่วยยังรู้สึกตัวดี พุดคุยรู้เรื่อง พอช่วยเหลือ  
ตัวเองได้บ้าง มีอาการปวดท้องเป็นบางครั้ง และยังจำเป็นต้องได้รับสารอาหาร  
ทางหลอดเลือดอยู่ ทีมแพทย์และพยาบาลได้ปรึกษาร่วมกัน พิจารณา  
ในทุกประเด็น คำนึงถึงความเสี่ยงและความปลอดภัยของผู้ป่วย ลงความเห็น  
ว่า ผู้ป่วยสามารถไปร่วมงานแต่งงานของลูกสาวได้ เพราะถือเป็นวันสำคัญ  
ของครอบครัว ลูกสาวและครอบครัวของผู้ป่วยต้องการเพิ่มความรัสมั่นใจ  
จึงขอให้มีการพิเศษติดตามไปกับผู้ป่วยด้วยในวันแต่งงาน

เมื่อวันสำคัญที่ผู้ป่วยรอคอยได้มาถึง ผู้ป่วยมีสีหน้าสดชื่น มีรอยยิ้ม  
ประดับบนใบหน้าตลอดเวลาที่ร่วมงาน ความสุขของผู้ป่วยฉายชัดออกมา  
จนคนรอบข้างสัมผัสได้ เธอมีความสุขจนไม่ต้องพึ่งยาระงับปวดที่พยาบาล  
ได้จัดเตรียมไปด้วย และสามารถอยู่ร่วมในพิธีได้อย่างราบรื่นจนจบงาน  
ท่ามกลางความอบอุ่นของญาติพี่น้องที่ไม่ได้พบหน้ากันมานาน ตั้งแต่ผู้ป่วย  
เข้ารับการรักษาตัวในโรงพยาบาล

จากการที่ได้เป็นส่วนหนึ่งในช่วงเวลาที่แสนพิเศษนี้ ทำให้ฉันรู้สึกว่  
ร่างกายของมนุษย์ไม่ได้ต้องการการรักษาเพียงภายนอก แต่ต้องการการดูแล  
รักษาถึงจิตใจและความรู้สึกควบคู่ไปด้วย จึงจะทำให้ผู้ป่วยมีกำลังใจในการ

ต่อสู้กับโรคที่เป็นอยู่ และให้ความร่วมมือในการรักษา ถึงแม้ว่าจะเป็นเพียงการรักษาแบบประคับประคองอาการ แต่ในฐานะของทีมสุขภาพผู้ดูแล รู้สึกรู้สีกดีใจที่มีส่วนช่วยให้ความปรารถนาสุดท้ายของผู้ป่วยรายนี้เป็นจริง การได้เห็นรอยยิ้มด้วยความสุขจากใจของผู้ป่วยถือเป็นรางวัลพิเศษที่จะทำให้พยาบาลมีกำลังใจในการปฏิบัติหน้าที่อย่างเต็มกำลังความสามารถต่อไป



รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



ความปรารถนา  
ครั้งสุดท้าย

ศรุตตา ตาวงศ์  
หอผู้ป่วยพิเศษ โรงพยาบาลราชพิพัฒน์



“

ฉันเป็นพยาบาลประจำหอผู้ป่วยพิเศษรวม ผู้ป่วยที่ฉันดูแลมีทั้งผู้ป่วยเด็ก มารดา - ทารกหลังคลอด ผู้ป่วยก่อน - หลังผ่าตัด และผู้ป่วยอายุรกรรมหลายครั้งที่ฉันจะต้องพบกับผู้ป่วยที่ได้รับการดูแลแบบประคับประคองที่ได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าเป็นโรคที่ไม่สามารถรักษาให้หายได้ ผู้ป่วยและญาติไม่ขอทำการยื้อชีวิตใดๆทั้งสิ้นที่จะก่อให้เกิดความทรมานเมื่อระยะสุดท้ายมาถึง ผู้ป่วยจะได้รับการดูแลทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สังคม จิตวิญญาณ ขณะที่ยังมีชีวิตอยู่จะได้รับการดูแลให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี และยังดูแลไปถึงครอบครัวของผู้ป่วยด้วย ฉันยอมรับว่าการดูแลผู้ป่วยประเภทนี้ในด้านของจิตวิญญาณเป็นเรื่องที่ยากที่สุด

ผู้ป่วยรายนี้เป็นหนึ่งในหลายๆ รายที่ได้รับการดูแลแบบประคับประคอง ผู้ป่วยชายวัยกลางคนป่วยเป็นโรคมะเร็งปอดที่ตอนนั้นลุกลามไปหลายอวัยวะในร่างกาย ทำให้เขาไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ ผลที่ค่อนข้างใหญ่ทำให้เขาเจ็บปวดตลอดเวลา บางครั้งมีอาการเหนื่อยร่วมด้วย การสื่อสารแต่ละครั้งเป็นไปด้วยความลำบาก เพราะใบหน้าและปากบวม รวมถึงการเจาะคอใส่ท่อ

ช่วยหายใจทำให้เขาไม่สามารถพูดคุยได้เลย

ตลอดระยะเวลาที่ผู้ป่วยรักษาตัวในโรงพยาบาลเขาได้รับการดูแลเอาใจใส่อย่างดีจากแพทย์ พยาบาล และครอบครัวของเขา แม้ว่าการรอคอยให้ผู้ป่วยฟื้นจากความเจ็บปวดนี้ของภรรยาและลูกๆ จะยาวนานก็ตาม แต่ภาพความสุขก็ยังคงเกิดขึ้นในห้องของผู้ป่วยเสมอ ภาพของลูกชายที่คอยพูดคุยหยอกล้อพ่อของเขาขณะช่วยพยาบาลเช็ดตัว พลิกตะแคงตัวให้ผู้ป่วย เกิดขึ้นในทุกๆ วัน หลานตัวน้อยที่มาเยี่ยมคุณปู่ของเขา ทำให้ผู้ป่วยมีรอยยิ้มเกิดขึ้นบ่อยๆ เสียงที่ภรรยาอ่านคัมภีร์ไบเบิลให้ผู้ป่วยฟัง เปิดรายการแข่งฟุตบอลที่ผู้ป่วยชอบให้ดู บรรยากาศการจัดงานวันเกิดในห้อง ถึงแม้ว่าบางวันจะหมดเวลาเยี่ยมผู้ป่วยแล้ว แต่พยาบาลทุกคนเข้าใจดีว่าตอนนี้ผู้ป่วยและครอบครัวต้องการใช้เวลาที่มีค่าร่วมกันให้มากที่สุด จึงไม่เป็นอะไรเลยที่เราจะอนุญาตให้เยี่ยมได้เกินเวลาบ้าง

เมื่อเวลาผ่านไป อาการของผู้ป่วยทรุดลงเรื่อยๆ หลายครั้งที่ฉันเห็นผู้ป่วยนอนน้ำตาไหล แต่ครั้งนี้แปลกตรงที่ผู้ป่วยหลับตาร้องไห้ ไม่มองหน้าใครทั้งสิ้น ฉันเข้าไปกุมมือผู้ป่วยเบาๆ “คุณลุงเป็นอะไรคะ มีอะไรอยากบอกหรืออยากให้หนูช่วยบอกมาได้เลยนะ หนูจะช่วยคุณลุงเอง” ผู้ป่วยค่อยๆ สิ้นต้ามองหน้าฉัน พร้อมกับทำปากขมุขมิบเหมือนอยากจะพูดแต่ก็พูดไม่ได้ “เอาแบบนี้ไหมคะ คุณลุงเขียนหนังสือได้ไหม เรามาเขียนคุยกันดีกว่าว่าอยากให้หนูช่วยอะไร” แล้วสีหน้าที่เรียบเฉยเมื่อครู่กลับเปลี่ยนเป็นสีหน้าแห่งความหวัง ฉันหยิบปากกาและสมุดให้ผู้ป่วยเขียนถึงความปรารถนาของเขา

ในกระดาดที่เขียนด้วยลายมือเหยเกไม่ค่อยเป็นตัวหนังสือสัก พอจะอ่านได้ว่า “อยากเจอจิว” ฉันทันไปถามภรรยาของผู้ป่วยว่าจิวคือใคร “จิวเป็นหมากกระเป่าที่ลูกชายลุงเขาซื้อให้ ลุงรักมันมาก ตอนอยู่บ้านเขาจะตัวติดกันตลอด มันอ่อนแก่ง มันเหมือนเป็นตัวแทนลูกชายของเขา ในช่วงที่ลูกชายเรียนมหาวิทยาลัยต้องอยู่หอพัก นานๆ จึงจะได้กลับบ้าน ตั้งแต่ลุงป่วยต้องนอนโรงพยาบาลนี่ก็เกือบๆ สองเดือนแล้วที่ลุงไม่ได้เจอมัน ช่วงที่ไม่มีใครอยู่บ้านป่าก็ฝากให้คนข้างบ้านหามาให้มันกิน ลุงเป็นห่วงมันมาก คงอยากเจอมันจริงๆ เขาเคยบอกป่าว่าให้บอกคุณพยาบาลให้หน่อยว่าจะขอพามันมาได้ไหม ป่ารู้ว่ามันผิดกฎระเบียบของโรงพยาบาล จึงไม่กล้าขอใคร ป่าพามันมาได้มัยหนู”

ตอนนี้ฉันเริ่มสับสนกับความคิดที่ขัดแย้งของตัวเอง ความคิดหนึ่งบอกว่าไม่ได้ ทำแบบนี้มันผิดกฎระเบียบของโรงพยาบาล ถ้ามีใครรู้ไม่ใช่แค่ฉันคนเดียวที่จะเดือดร้อน แต่เพื่อนร่วมงานคนอื่นๆ ก็คงพลอยเดือดร้อนไปด้วย อีกความคิดหนึ่งบอกว่านี่อาจจะเป็นคำขอและความปรารถนาสุดท้ายของผู้ป่วยก็ได้ ถ้าคุณลุงไม่ได้เจอเจ้าจิวตอนนี้ แล้วถ้าเกิดเขาไม่ได้กลับบ้านและเสียชีวิตที่โรงพยาบาลจะอย่างไร หัวใจฉันเต้นแรง เหงื่อเริ่มออกที่ปลายจมูกกับการตัดสินใจครั้งนี้ เหน่า ผิดกฎสักครั้งคงไม่เป็นอะไร ถ้ามันจะทำให้ผู้ป่วยของฉันได้เจอกับสุนัขที่เขารักมาก และถ้าเขาเห็นว่ามันสบายดี เขาจะได้ไม่ต้องห่วง ฉันเข้าไปจับมือผู้ป่วยอีกครั้งพร้อมกับบอกว่าฉันอนุญาตให้ภรรยาพาเจ้าจิวมาได้ ผู้ป่วยยิ้มตอบรับด้วยความดีใจ

ช่วงเวลาประมาณสี่ทุ่มฉันเข้าไปดูตsemหะให้ผู้ป่วย ใต้ผ้าห่มผู้ป่วย มีอะไรดีนตุ๊กตีก้อยอยู่ เจ้าจิวโผล่ออกมาจากผ้าห่มที่คลุมแอบมันไว้ ผู้ป่วยหันมามีให้ฉันแล้วคว้ามือฉันไปบีบแน่นเท่าที่แรงของเขาจะมี ภรรยาของเขาหยิบกระดาษที่มีลายมือของผู้ป่วยส่งให้ฉัน ข้อความนั้นเขียนว่า “ขอบคุณมาก” ฉันรู้สึกว่าการตัดสินใจยอมทำผิดกฎระเบียบครั้งนี้มันคุ้มค่า เพราะมันสร้างความสุขให้แก่ผู้ป่วยได้มากในช่วงวาระสุดท้ายของชีวิต

เช้ามีดของวันต่อมาผู้ป่วยได้จากไปอย่างสงบ ภรรยาของผู้ป่วยบอกว่าผู้ป่วยมีความสุขมากที่ได้เจอเจ้าจิว คนในครอบครัวได้เห็นรอยยิ้มของผู้ป่วยอีกครั้งหลังจากที่เขานอนร้องไห้มาหลายวัน หลังจากเจ้าจิวกลับบ้านไปผู้ป่วยก็ค่อยๆ หายใจลดตลอดลงเรื่อยๆ จนหมดลมหายใจไปในที่สุดท่ามกลางความรักของลูกๆ และภรรยาของเขา



รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



พลังรักนี้เพื่อเธอ

นนุช วัชชัยศรี

หน่วยไตเทียม โรงพยาบาลเลิดสิน

“

หญิงไทยโสด วัย 47 ปี เข้ารับการรักษาที่หอผู้ป่วยอายุรกรรมหญิงเมื่อ 7 ปีที่แล้ว ด้วยภาวะของเสียคั่งจากโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย และมีประวัติเป็นโรคจิตเภท รับการรักษาและรับประทานยาอย่างต่อเนื่องจากโรงพยาบาลรัฐที่มีชื่อเสียงมายาวนานด้านจิตเวช แถวคลองสาน เธอมีนามว่า นภา

เมื่อโทรศัพท์ดั่งขึ้น พยาบาลในหน่วยไตเทียมได้รับแจ้งว่า แพทย์เจ้าของไข้ต้องการพยาบาลไตเทียมให้คำปรึกษาการบำบัดทดแทนไตกับนภาและครอบครัวของเธอ ทีมพยาบาลจึงไปเยี่ยมนภาที่หอผู้ป่วย พบว่านภาถูกจำกัดกิจกรรมให้อยู่บนเตียง มีภาวะสับสน และไม่มีใครกล้าอยู่ใกล้เตียง เพราะนภาพ่นน้ำลายใส่ นับว่าเธอยังมีแรงอยู่ที่เดียว ทำให้น้ำลายลอมมาเกือบโดนพยาบาล ต้องคอยหลบเข้าหลบออก

เมื่อพยาบาลต้องการจะพูดคุยกับนภา เพื่อประเมินอาการจึงได้นัดคนในครอบครัวของนภา มีอยู่ด้วยกัน 4 คน รวมทั้งนภา คือคุณพ่อ คุณแม่

ในวัยสูงอายุ และน้องสาวที่ยังไม่มีครอบครัว ซึ่งเป็นผู้ดูแลหลักหารายได้จุนเจือครอบครัว ด้วยเงินหมื่นกว่าบาทต่อเดือน เราได้นัดทุกคนในครอบครัวของนภามา เพื่อรับความรู้และทำความเข้าใจวิธีการบำบัดทดแทนไต ทุกคนในครอบครัวลงความเห็นว่าต้องเรียนรู้และทำให้ได้ ต่อแต่นี้ไป นภาก็เข้าสู่วิธีการล้างไตทางช่องท้อง

การสอนเริ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง เป็นเวลา 2 อาทิตย์ การเรียนรู้และฝึกฝน การล้างมือที่ถูกวิธี การเปลี่ยนถ่ายน้ำยาล้างไตทางช่องท้อง วันละ 4 รอบ การทำแผล การฉีดยาเข้าใต้ผิวหนัง ภาวะแทรกซ้อน และการแก้ไขเบื้องต้น อาหารการกินที่เหมาะสม สิ่งแวดล้อมที่ถูกสุขลักษณะ ด้วยพลังของความรักกันในครอบครัว ความรับผิดชอบในการดูแลภาก็อยู่กับคุณพ่อคุณแม่ ทำให้ผ่านขั้นตอนการเรียนรู้และสอบผ่านได้ จนกระทั่งนภาเริ่มดีขึ้นเป็นลำดับ พยาบาลต้องพยายามพูดคุยทำความเข้าใจกับผู้ป่วย ทำให้นภาเกิดความไว้วางใจ และมีการสอนนภาในเรื่องล้างมือ การดูแลตนเอง บางครั้งนภาไม่ยอมให้ความร่วมมือ บางครั้งมีภาวะซึมเศร้า ทุกครั้งที่พยาบาลพบกับนภา พยาบาลมีการสัมผัสตัวนภา ฟังในสิ่งที่เธออยากเล่า ถึงแม้มีเวลาน้อย พยาบาลก็จะพยายามใช้เวลาอย่างคุ้มค่าที่สุด หลังจากนั้นนภาเริ่มให้ความร่วมมือในการรักษา เรียนรู้การดูแลตนเองเท่าที่ทำได้ จนนภาสามารถกลับไปใช้ชีวิตอยู่ที่บ้านร่วมกับคุณพ่อคุณแม่ และน้องสาวได้

ผ่านมาประมาณ 3 ปี คุณพ่อของนภา พบว่าตนเองเป็นมะเร็งในกระดูกระยะสุดท้าย สิ่งที่คุณพ่อพูดบ่อย เพราะห่วงมากที่สุด คือ นภาก็จะอยู่อย่างไร



ต่อไป ขาดผู้ชายในบ้าน มีแต่ผู้หญิงจะเป็นอย่างไรกัน รวมทั้งคุณหมอที่โรงพยาบาลสมเด็จพระยาเดชาดิศรมาแล้ว นภาอาจมีอาการทางจิตที่ฉับพลันขึ้นมาอีกได้ หากไม่สามารถยอมรับสภาพการสูญเสียคนที่รัก

นับจากนั้นมาพยาบาลได้พูดคุยแนะนำให้คุณแม่และน้องสาววางแผนการดูแลรักษา โดยคอยให้กำลังใจเพิ่มขึ้น ดูแลรักษาอย่างใกล้ชิด และให้ภรรยาได้มาเยี่ยมคุณพ่อที่โรงพยาบาล ขณะเดียวกันทีมแพทย์พยาบาลก็ให้กำลังใจพูดคุยเกี่ยวกับธรรมชาติของชีวิตมนุษย์ ซึ่งมีพบกันก็มีวันพรากจากกันตามวาระ พวกเราและครอบครัวของนภามีการวางแผนการดูแลร่วมกันอย่างต่อเนื่อง เริ่มจากให้รักษาและครอบครัวมีความไว้วางใจในทีมแพทย์พยาบาล จากนั้นให้ความรู้ความเข้าใจในการดูแลผู้ป่วย พร้อมทั้งเสริมพลังอำนาจทั้งนภาและคุณแม่ สุดท้ายเป็นที่ปรึกษาให้นภาและครอบครัวทั้งที่โรงพยาบาลและทางโทรศัพท์

วันที่คุณพ่อใกล้จากไป นภามาเยี่ยมคุณพ่อเหมือนเช่นเคย และพร้อมเผชิญกับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น พวกเราทีมแพทย์พยาบาลตั้งใจมากที่นึกภาคิดได้ และจะร่วมดูแลตนเองรวมทั้งช่วยดูแลคุณแม่ต่อไปเท่าที่ทำได้ นภาพูดกับคุณพ่อว่า ไม่ต้องเป็นห่วง ขอให้พ่อหลับสบายนะ

ณ วันนั้นภาอยู่กับพวกเรามา 7 ปีแล้ว รักษาภาวะไตวายเรื้อรังระยะสุดท้าย ด้วยวิธีล้างไตทางช่องท้อง ซึ่งก็มีสภาพเสื่อมลงตามลำดับพยาบาลต้องมีการเตรียมความพร้อมทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ให้ทั้งคุณแม่และน้องสาวอีกครั้ง คุณแม่ของนภาอายุมากขึ้น สภาพร่างกายถดถอยลง

ตามวัย เข้าที่เสื่อมอยู่ ปวดมากขึ้น หลงลืมบ่อยครั้งขึ้น พยาบาลจึงทบทวน การเรียนรู้ให้ภาพเพื่อสามารถดูแลตนเองได้ต่อเนื่อง เช่น เตรียมสิ่งแวดล้อม และของใช้ล้างไตด้วยตนเอง การล้างถึงอุปกรณ์ เก็บผ้าเช็ดมือที่ตากไว้ พับผ้าเก็บเข้าตู้ และรู้หลักการทำความสะอาด

ตั้งแต่วันแรกที่พบกันจนถึงวันนี้ นภาไม่เคยมานอนรักษาตัว ที่ โรงพยาบาลอีกเลย ทุกครั้งที่นภามาตรวจตามนัดโรงพยาบาล จะยกมือไหว้ ทักทาย สวัสดี เจ้าหน้าที่ทุกคน เธอชอบแต่งตัว แต่งหน้า ทาปากสีชมพูเข้ม พวกเราสดชื่นทุกครั้งที่เห็นหน้านภา ในวันปีใหม่นี้ นภาได้ซื้อกระดาษ ซักมันมาเป็นของขวัญให้พยาบาล เพราะเธอเห็นว่า พยาบาลที่นี่หน้ามัน และแนะนำให้ทาปากสีเข้มขึ้นอีกหน่อยจะดีมาก และด้วยความขอบคุณ ทีมแพทย์พยาบาล นภาจะนำมะม่วงริมรั้วบ้านของเธอมาฝาก โดยหอบหิ้วขึ้น รถโดยสารประจำทางมาขึ้นสองแม่ลูก จากแถวสุขุมวิทซอย 101 ด้วย สภาวะการจราจรคับคั่งในกรุงเทพฯ นับว่ามาไกลอยู่เหมือนกัน

ภาพในอดีตที่พวกเราเห็นจนชินตา คือ ภาพที่คุณพ่อขับรถแท็กซี่ คันเก่าที่ไว้หารายได้เลี้ยงครอบครัว พาคุณแม่ จูงนภามาตรวจที่โรงพยาบาล ตามนัด ทุกครั้งที่พวกเรามีการวางแผนการดูแลร่วมกัน ทุกคนในครอบครัว 4 ชีวิต จะมาพร้อมหน้ากันที่โรงพยาบาล แม้ตอนนี้จะไม่มีคุณพ่อของนภาแล้ว แต่นภายังมีคุณแม่และน้องสาวซึ่งยังคงภาพครอบครัวที่อบอุ่นดูแลกันและกัน ชีวิตถึงจะลำบากมากขึ้น ยังต้องสู้ต่อไป ในวันข้างหน้า นภา คุณแม่ และ น้องสาวจะต้องพบกับคำว่า พลัดพรากจากกันอีกครั้ง เสียงของคุณแม่และ

น้องสาวยังคงตอบเหมือนเดิมว่า ทำใจยอมรับไว้แล้ว วันนี้จะขอดูแลภ  
าให้ดีที่สุด เพื่อวันนั้นจะได้มาถึงช้าๆ ด้วยความรักของทุกคนในครอบครัวนี้  
ที่มีให้กันมาตลอด โดยยึดคติที่ว่า ทำวันนี้ให้ดีที่สุด และมีความสุขกับ  
ทุกวันที่มีเธอ



รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



สุขสุดท้าย  
ที่เลือกได้

จุฬาลักษณ์ สุทธิจ่านงค์  
ทัณฑสถาน โรงพยาบาลราชทัณฑ์

“

“คนเราเกิดมาจะมีโอกาสในชีวิตสักกี่ครั้งที่ได้เลือกในสิ่งที่เราต้องการหรือพอใจ เพื่อผลลัพธ์คือความสุขกายและใจที่เกิดขึ้น” ซึ่งคำตอบสำหรับคนแต่ละคนย่อมแตกต่างกัน บางคนอาจจะมีโอกาสได้เลือกหรือบางคนอาจไม่เคยได้เลือก สำหรับผู้ป่วยที่ฉันจะเล่านี้ เขามีโอกาสที่ได้เลือกตามสถานภาพอันสมควรภายใต้กฎระเบียบของกรมราชทัณฑ์

เขาถูกคุมขังในเรือนจำซึ่งเต็มไปด้วยกฎระเบียบมากมาย อยู่ภายในห้องขัง ต้องมีเจ้าหน้าที่ควบคุมดูแลตามระเบียบ แต่เขาก็ได้รับสิทธิตามที่คนทุกคนควรได้รับซึ่งรวมถึงการรักษาในขณะที่เจ็บป่วย เขาใช้ชีวิตในเรือนจำที่รองรับผู้ต้องขังที่ตัดสินโทษสูงสุดในประเทศไทยเป็นระยะเวลา 15 ปี เขาเป็นผู้ต้องขังชาวจีน อายุ 42 ปี แพทย์วินิจฉัยว่าป่วยด้วยโรคมะเร็งปอดระยะลุกลาม แต่เขายังไม่ทราบ

จากการประเมินและพูดคุยกับผู้ป่วยในครั้งแรก สื่อสารกันลำบาก ผู้ป่วยพูดภาษาจีนเป็นส่วนใหญ่ ทำท่างอแงเพลีย มีสีหน้าเจ็บปวดบริเวณท้องน้อย โดยใช้มือกดท้องตลอด ตอนนั้นดิฉันคิดว่า เราจะสื่อสารกันอย่างไรเพื่อจะได้

นำไปวางแผนการรักษาพยาบาลต่อไป จึงคิดว่าต้องมีล่ามมาช่วยแปล ฉันทึกถึงผู้ป่วยรายหนึ่งเป็นผู้ต้องขังชาวสิงคโปร์ที่พูดภาษาจีนและภาษาไทยได้ดี เคยถูกคุมขังที่เรือนจำกลางบางขวางเหมือนกัน จึงประสานฝ่ายควบคุมขออนุญาตให้ผู้ต้องขังคนดังกล่าวช่วยเรา

จากการพูดคุยจึงได้ข้อมูลว่า “ มีหลานสาว 1 คนในประเทศไทยจะมาเยี่ยมเดือนละครั้ง ตอนนี้อาการไม่มีแรงแต่อยากเดินได้เอง ” ในขณะที่พูดคุยกันพบว่า ผู้ป่วยคิดแต่พูดออกมาเป็นประโยคไม่ได้ ทุกครั้งที่เกิดอาการแบบนี้ เขาจะแสดงสีหน้าวิตกกังวล ไข่มือตีที่ศีรษะตัวเอง ฉันทะเล่และปลอบว่า “ ไม่เป็นไรนะ ค่อยๆ พูด เรามีเวลา ” เขายกหน้า จากนั้นฉันประสานนักสังคมสงเคราะห์เพื่อต้องการให้ญาติมาเยี่ยมและรับทราบอาการป่วย

หลังจากนั้น 10 วัน หลานสาวผู้ป่วยมาเยี่ยม เธอเป็นชาวจีน ทำงานเป็นไกด์ที่พญา หยุดงานได้เฉพาะวันศุกร์ ฉันได้แจ้งอาการผู้ป่วยให้ญาติทราบ หลานสาวผู้ป่วยร้องไห้โฮ บอกว่า “ สงสารอา เขาเป็นคนดี ” ฉันบอกว่า “ ตอนนี้เราต้องให้กำลังใจผู้ป่วยและมาเยี่ยมผู้ป่วยบ่อยๆ ถ้าสามารถทำได้ ” และให้เบอร์โทรศัพท์หผู้ป่วยเพื่อให้สอบถามอาการ ดิฉันได้พูดคุยกับผู้ป่วย โดยให้ข้อมูลเกี่ยวกับโรค อาการและแนวทางการรักษา เราได้พูดคุยถึงแนวทางการรักษาร่วมกันกับผู้ป่วยและหลานสาวพร้อมกัน ผู้ป่วยพูดกับดิฉันว่า “ ผมเป็นมะเร็ง จะอยู่ได้นานไหม ผมไม่กลัวตาย ไม่ต้องใส่ท่อช่วยหายใจและไม่ป้อนหัวใจ ผมรู้อาการของผมดี แต่ผมมีสิ่งที่ยากให้ช่วยก่อนที่ผมจะจากไป คือ อยากเจอแม่ อยากเจอลูก และถ้าผมจากไปเอาผมกลับไปหาแม่ ผมอยาก

กลับไปอยู่กับครอบครัวและคนในตระกูลผม ผมอยู่ที่นี้คนเดียวมา 15 ปีแล้ว  
อย่าทิ้งผมไว้ที่นี้คนเดียว” หลานสาวน้ำตาไหลและตอบผู้ป่วยว่า “ตอนนี้  
ย่าอายุ 86 ปีแล้วเดินไม่ไหวและไม่มีเอกสารเข้าประเทศไทย” ผู้ป่วยตอบว่า  
“ไม่เป็นไร เข้าใจนะ แต่คิดถึง ไม่เห็นหน้าแม่มา 15 ปีแล้ว” ฉันเลยเสนอว่า  
“ถ่ายภาพคุณยามาแล้วปิดไว้ที่หัวเตียงดีไหม” ตอนนี้ฉันได้เห็นรอยยิ้มผู้ป่วย  
และตอบว่า “ได้” ส่วนเรื่องลูกสาวผู้ป่วย หลานสาวบอกว่า “ตอนนี้ได้ข่าวว่า  
อยู่ที่จังหวัดเชียงใหม่ จำชื่ออดีตอาสะโกได้ จะลองค้นหาใน facebook ดู”  
ฉันเห็นรอยยิ้มและแววตาผู้ป่วยที่ได้รับคำตอบจากหลานสาว

ศุกร์ต่อมาหลานสาวผู้ป่วยมาพร้อมเด็กผู้หญิงผมยาว หน้าตาน่ารัก  
สองคน ผู้ป่วยเห็นหน้าเด็กสองคนนั้นถึงกับปลอ่ยโฮ เด็กหญิงทั้งสองคนจับมือ  
พ่อคนละข้างและกอดพ่อ ผู้ป่วยพูดกับลูกว่า “พ่อคิดถึงลูกมากรู้ไหม เรา  
ไม่เจอกันเลยตั้งแต่ผมเข้าเรือนจำ พ่อรักลูกมากนะ” ลูกสาวคนโตยื่นภาพสี  
เป็นภาพผู้หญิงสูงอายุคนหนึ่ง หลังภาพนั้นมีข้อความเขียนว่า “แม่รักลูกนะ  
อดทนนะ” ผู้ป่วยรับภาพ 2 ใบมาติดไว้ที่หัวเตียง ก่อนกลับผู้ป่วยขอว่า  
อยากถ่ายภาพลูกสาวเก็บไว้ดู ฉันจึงขออนุญาตเจ้าหน้าที่ควบคุมเพื่อถ่ายภาพ  
ที่เขาร้องขอ ตอนกลับเด็กหญิงทั้งสองกอดและหอมแก้มพ่อ แล้วพูดว่า  
“ปิดเทอมหนูจะรีบมาเยี่ยมพ่ออีกนะ” หลังจากญาติกลับไป ผู้ป่วยบอกฉันว่า  
“ผมมีความสุขที่ได้เห็นภาพแม่และได้กอดลูก” เขายกมือไหว้และพูดว่า  
“ขอบคุณครับ” ฉันตะละไหล่เขาแล้วตอบว่า “ยินดีช่วยด้วยความเต็มใจ”

ศุกร์ต่อมาหลานสาวเข้าเยี่ยมผู้ป่วยและแจ้งกับฉันว่า ฝ่ายทัศนคติปฏิบัติ  
แจ้งว่าไม่สามารถทำพิธีศพให้ได้ เนื่องจากไม่มีเอกสารรับรอง ถามย่าแล้วก็

ไม่มีเอกสาร การมาเยี่ยมครั้งนี้ผู้ป่วยมีอาการเหนื่อยปวดศีรษะและหลังมาก ต้องเพิ่มยาระงับปวด หลานสาวผู้ป่วยบอกกับฉันด้วยเสียงสั่นเครือว่า “คุยกับทุกคนในครอบครัวแล้วถ้าอาเสียชีวิต เราจะนำอากลับไปอยู่ที่บ้าน ไม่ให้อาอยู่ที่นี้ตามลำพังแน่นอน” ฉันจับมือหลานสาวผู้ป่วยเพื่อเป็นกำลังใจให้


ต่อมาอีก 5 วัน ผู้ป่วยถามฉันว่า “ผมจะเสียชีวิตอาทิตย์นี้ใช่ไหม” ฉันรู้สึกอึ้งกับคำถามของเขาและย้อนถามกลับไปว่า “ที่ถามเพราะรู้สึกอย่างไร” เขาตอบกลับมาว่า “ผมไม่ได้กลัวที่จะตายแต่พร้อมที่จะตายแล้ว ไม่อยากทรมานอีก” ฉันแตะที่แขนเขาและตอบว่า “ไม่มีใครรู้ได้ แต่ถ้าอยากให้ช่วยอะไรขอให้บอก ตอนนี้อกไขไหมจะบอกคุณหมอให้นะ” ฉันได้นำเรื่องอาการปวดไปรายงานแพทย์เพื่อปรับยาตามอาการ ต่อมาอีก 2 วัน เวลา 12.15 น. ผู้ป่วยจากเราไปอย่างสงบ

จากการดูแลผู้ป่วยรายนี้ทำให้ฉันรับรู้ถึงว่า มนุษย์เราต้องการความรัก ความเข้าใจ การเอาใจใส่จากครอบครัวและผู้ให้การดูแล ไม่มีใครต้องการอยู่อย่างโดดเดี่ยวอ้างว้าง ผู้ป่วยที่ฉันให้การดูแลเป็นกลุ่มผู้ป่วยที่ต้องอยู่ภายใต้กฎหมายอย่างเคร่งครัด ขาดอิสรภาพ ไม่ได้อยู่ใกล้ชิดกับครอบครัว รวมถึงมีขอบเขตในเรื่องของโอกาสหรือทางเลือกในการตัดสินใจที่จำกัด แต่ในฐานะพยาบาลผู้ให้การดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง ฉันมีความตั้งใจอยากให้เขาได้มีโอกาสเลือกหนทางในวาระสุดท้ายของชีวิตด้วยตนเอง เพื่อให้เขาได้ไปสู่สุคติด้วยจิตอันสงบ





รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



พบทันวันสุดท้าย

พญ.สิริน ไตรวุฒิปิพัฒนกุล  
ทันตสถาน โรงพยาบาลราชทัณฑ์

“

ทำไมอยากเป็นหมอ? คำถามนี้ถูกถามเป็นร้อยๆ ครั้ง เป็นคำถามที่  
ไร้ซึ่งคำตอบในตอนแรก หากแต่วันเวลาผ่านไปในชีวิตการทำงานของข้าพเจ้า  
ช่วยเติมเต็มคำตอบนี้ให้สมบูรณ์ขึ้นเรื่อยๆ เป็นกำลังใจสำคัญที่ทำให้หมอ  
โรงพยาบาลรัฐเบื้องหลังกำแพงสูงอย่างข้าพเจ้า สามารถทำงานในทุกๆ วัน  
ได้อย่างมีความสุข ไข่ม้วนแล้ว...ข้าพเจ้าเลือกมาเป็นแพทย์ใช้ทุนในทัณฑสถาน  
โรงพยาบาลราชทัณฑ์ โรงพยาบาลที่มีคนไข้ที่ขาดโอกาส ขาดอิสรภาพ ใส่โซ่  
ตรวนและกุญแจมือ โรงพยาบาลที่ไม่ค่อยมีใครรู้จัก โรงพยาบาลที่ทุกๆ คน  
ต่างถามว่าทำไมถึงเลือกมาใช้ทุนที่โรงพยาบาลแห่งนี้ และนี่ถือเป็นอีกวัน  
สำหรับเรื่องราวดีๆ เบื้องหลังกำแพงสูงแห่งนี้

วันทำงานเริ่มต้นอย่างสดใส ข้าพเจ้าเดินเข้าหาผู้ป่วยหญิงเพื่อประเมิน  
ผู้ป่วยตามเตียงต่างๆ เหมือนเคย “คุณหมอคะ วันนี้มีคนไข้หนักจากเรือนจำ  
หญิงอยู่ไอซียูรับมาเมื่อคืน อาการไม่ค่อยดีเลยคะ ผู้ป่วยมาด้วยอาการ ซึม  
เรียกไม่รู้สีกตัว รุมน่านตาขยาย หายใจเฮือก มีโรคประจำตัวคือ โรคเบาหวาน  
รับยาประจำที่เรือนจำ แพทย์เวรใส่ท่อช่วยหายใจ และส่งเอกซเรย์คอมพิวเตอร์

สมอง พบว่า มีเลือดออกที่ก้านสมองและโพรงสมอง เวรกลางคืนพยายาม  
ส่งคนไข้ออกด่วนแล้ว แต่ไม่มีโรงพยาบาลไหนมีเตียงว่างรับตัวเลยคะ”  
สิ้นเสียงที่พยาบาลที่คู่อิโรยจากการดูคนไข้รายนี้มาทั้งคืนรายงานอาการ  
ให้ข้าพเจ้าฟังอย่างคล่องแคล่ว ผิดกับภาระงานเสียจริง ข้าพเจ้ารีบเดินไปดู  
อาการคนไข้รายนี้ทันที

จากการประเมินคนไข้อาการหนักมาก สัญญาณชีพไม่คงที่ ต้องให้  
ยากระตุ้นความดันโลหิตตลอดเวลา ขณะจรดปากกาเขียนคำสั่งการรักษา  
ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณเวลาของคนไข้เหลือไม่มากแล้วจึงปรึกษาพยาบาลถึง  
การติดต่อญาติ พี่ๆ พยาบาลตอบอย่างมีอาชีพอ่า “พี่พยายามติดต่อญาติ  
ทุกทางโดยติดต่อตามเบอร์โทรศัพท์ที่ให้ไว้แล้ว แต่ไม่สามารถติดต่อได้เลยคะ  
สอบถามทางเพื่อนผู้ต้องขัง ได้เบอร์โทรศัพท์เพื่อนบ้านคนไข้ พี่ประสานไปที่  
นักสังคมสงเคราะห์เพื่อติดต่อเพื่อนบ้านของคนไข้ เพื่อนบ้านแจ้งว่ารู้จักลูกสาว  
คนไข้ ทำงานดี เป็นบุคลากรทางการแพทย์อยู่ที่โรงพยาบาลรัฐแห่งหนึ่ง  
เพื่อนบ้านไม่มีเบอร์โทรศัพท์ แต่เป็นเพื่อนในเฟซบุ๊ก ได้ลองติดต่อไปหลายทาง  
จนพบลูกชายของคนไข้แล้ว ทางเพื่อนบ้านได้โทรกลับมาแจ้งว่า ครอบครัวเขา  
จะรีบมาวันนี้คะ” พี่ๆ พยาบาลกล่าว

ไม่น่าเชื่อเลยว่าเฟซบุ๊กเครือข่ายสังคมออนไลน์ในโลกอินเทอร์เน็ต  
จะช่วยเหลือโรงพยาบาลในการติดตามหาญาติจนเจอ หากไม่มีเฟซบุ๊กและ  
ทีมการรักษาเราคงติดต่อญาติไม่ได้ นับถือความพยายามของพยาบาลและ  
นักสังคมสงเคราะห์ ที่ทุ่มเททั้งกายและใจทำงานอย่างมีอาชีพอ่า เบื้องหลัง  
การรักษามากมายถูกขับเคลื่อนโดยทีมการรักษาผู้ปิดทองหลังพระ

ใกล้เวลาสี่โมงเย็น พี่พยาบาลคนเดิมที่ทำงานมาตั้งแต่เมื่อคืนพูดอย่างมีความหวังว่า “คุณหมอคะ ญาติคนไข้เพิ่งมาถึง ทำเรื่องเยี่ยมใกล้ชิดอยู่ข้างหน้า คุณหมอมะรอไหมคะ” “รอค่ะ” ข้าพเจ้าตอบไปอย่างไม่ต้องคิด “สามีของคนไข้เข้าไม่ได้ค่ะเพราะคนละนามสกุล” เสียงปลายสายของพี่ๆ ฝ่ายควบคุมแจ้งให้ทราบถึงกฎการเยี่ยม “พี่คะ คนไข้อาการหนัก หมอขอให้ลูกคนไข้ยืนยันว่าเขาเป็นพ่อได้ไหมคะ” ข้าพเจ้าพยายามต้อรอง เพราะเวลาของคนไข้เหลือไม่มากแล้ว ปฏิบัติการรับรู้และสัญญาณชีพอ่อนลงเรื่อยๆ

กลุ่มผู้คนอันเป็นความหวังเดินเข้ามาใกล้สายตาของข้าพเจ้าชั้นเรื่อยๆ ผู้หญิงที่ใส่เสื้อกาวน์สีขาวเห็นเด่นชัดในกลุ่มคนเหล่านั้น ข้าพเจ้าเล่าอาการให้กับญาติคนไข้อย่างใจเย็น โดยเล่าให้ลูกสาวที่ใส่เสื้อกาวน์สีขาวฟังเป็นหลัก การให้ข้อมูลต่างๆ เป็นไปอย่างไม่ยากเย็น คงเป็นเพราะเราคุยภาษาเดียวกัน แต่ความยากคือการยืนอยู่ตรงนั้น ข้าพเจ้ารับรู้ได้ถึงความรู้สึกเศร้าโศกเสียใจ สิ้นหวังของการได้พบกันในครั้งนี้ “หมอให้เวลาญาติอยู่กับคนไข้ตามสบายนะคะ” ข้าพเจ้าพยายามให้ความเป็นส่วนตัวแก่คนไข้ แม้จะอยู่ในสถานะถูกจองจำ

“แม่” เสียงสั่นสะท้านผ่านหูของข้าพเจ้าขณะเดินหันหลังออกมา คำเพียงคำเดียวที่สะท้อนความรู้สึกในใจของลูกสาว ผู้ที่รับรู้อาการและความเป็นไปของคนไข้ได้ดีที่สุด หากแต่เพียงว่า คนไข้หนักร้ายนี้คือ คุณแม่ของตัวเอง “แม่ทิ้งพวกเราไปอยู่กับสามีใหม่ตั้งแต่เรายังเล็กครับ แม่เคยเอาเงินที่พ่อเตรียมไว้สำหรับจ่ายค่าเทอมของพวกเราไปซื้อยาเสพติด แต่พ่อ

ก็ให้อภัยแม่เสมอ ถึงแม้ว่าแม่จะไม่เคยเลี้ยงดูพวกเราเลย พ่ออดทนส่งพวกเราเรียนจนจบ และส่งเงินให้แม่ใช้ตลอดตอนที่แม่ติดคุก” คำบอกเล่าป็นน้ำตาของลูกชายระบายออกมาให้แก่ทุกๆ คนตรงหน้าฟัง สามีของคนไข้ยื่นปิดหน้าหลบอยู่ด้านหลังสุด หลังจากที่ลูกสาวเห็นแม่ในสภาพที่ร่างกายอ่อนนึ่ง ผิวกล่ำมือเย็นยะเยือก สายระโยงระยงทั่วตัว บรรยากาศหยุดนิ่งเงียบสงัด มีเพียงลมหายใจรวยรินจากการทำงานของเครื่องช่วยหายใจและเสียงสะอื้นจากคนในครอบครัวเท่านั้นที่เคลื่อนไหว ไม่น่าเชื่อเลยว่า ในวันที่ลูกๆ ประสบความสำเร็จ ทุกคนในครอบครัวอยู่กันพร้อมหน้า จะเป็นวันแห่งความสุขเสียดูชาติทุกคนตกลงจะให้คนไข้จากไปอย่างสงบ ปราศจากการช่วยยื้อชีวิตใดๆ ให้ต้องทุกข์ทรมานอีก ระหว่างที่สามีของคนไข้ ยังคงไม่สามารถมองภรรยาได้อย่างเต็มตา มีอันแสนอบอุ่นของพี่พยาบาลได้โอบอุ้มมือของชายผู้แสนดีให้เอื้อมมาจับมือของคนไข้เอาไว้พร้อมกล่าวด้วยน้ำเสียงอันอ่อนโยนว่า “ในฐานะที่ดิฉันเป็นพยาบาลขอเป็นตัวแทนของภรรยา และแม่คนหนึ่ง กล่าวขอมาและขอโหสิกรรมให้กับทุกๆ สิ่ง ที่คนไข้ได้เคยกระทำผิดพลาดกับทุกคนในครอบครัวนะคะ” ประโยคนี้มีค่ามากมายจริงๆ พี่พยาบาลคนเดิมที่ตั้งใจดูแลคนไข้มาตั้งแต่เมื่อคืนยังคงทำหน้าที่ได้อย่างไม่ขาดตกบกพร่อง การเอ่ยคำพูดมาจากกันบังของความรู้จักช่วยคลี่คลายสถานการณ์ และปลดเปลื้องความผิดพลาดของคนไข้ให้บรรเทาเบาบางลง มันช่างเป็นพลังความรักที่ยิ่งใหญ่เหลือเกิน ทุกคนพยักหน้าพร้อมๆ กันอย่างไม่ได้นัดหมาย ก่อนหมดเวลาเยี่ยมลูกๆ และสามีได้โอบกอด ออลาคนไข้เป็นครั้งสุดท้าย ข้าพเจ้าได้พูดกับลูกสาวคนไข้ว่า “ถ้าคืนนี้คุณแม่มีอาการทรุดลง ทาง

โรงพยาบาลจะโทรไปแจ้งอย่างรวดเร็วที่สุดนะคะ” คินนั้นไม่มีปฏิกิริยาเกิดขึ้น คนไข้จากไปอย่างสงบ

การทำงานของเรานี้เหล่าบุคลากรทางการแพทย์เริ่มขึ้นวันใหม่อีกครั้ง คงจะดีขึ้นไปกว่าเมื่อวาน ขณะที่ข้าพเจ้าเดินเข้ามาทำงานตามปกติ ได้พบกับลูกสาวของคนไข้อีกครั้ง “พี่มารับศพคุณแม่หรือคะ มีอะไรที่หนูพอจะช่วยพี่ได้บอกได้เลยนะคะ” ข้าพเจ้ายิ้มให้กับลูกสาวของคนไข้ “ขอบคุณมากจริงๆ ค่ะ” ลูกสาวคนไข้ตอบอย่างซาบซึ้ง การรับศพและทำเรื่องปลดจากการจองจำ เป็นไปอย่างราบรื่น บทเรียนในครั้งนี้ทำให้ข้าพเจ้าได้เรียนรู้อะไรหลายๆ อย่าง ทั้งในแง่ของการเป็นหมอ การเป็นเพื่อนร่วมวิชาชีพ การเป็นลูก และการเป็นญาติของคนไข้ที่ดี บทบาทในชีวิตของคนเรามีมากมายในช่วงเวลาหนึ่งๆ หากเราพยายามทำทุกบทบาทให้เต็มที่ที่สุดเท่าที่เราจะทำได้ คงจะเป็นผลดีต่อเรา และคนรอบข้างไม่น้อยเลย นี่แหละคือคำตอบว่า ทำไมไม่อยากเป็นหมอ แล้วคุณล่ะได้อะไรจากเรื่องเล่า “พบกันวันสุดท้าย”

รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



แสงสว่าง  
ในความมืด

ชัชฎาภรณ์ อิงคสกุลโรจน์  
ศูนย์ชีวิรักษ์ โรงพยาบาลนครนายก



“

“สวัสดีครับ...ผมมาแล้วครับ” เสียงทักทายที่ได้ยินมาแต่ไกลมิใช่ใครอื่น เป็นแน่ นอกจากลุงสมพงษ์ คนเดิมที่คุ้นเคยกับทีมเราเป็นอย่างดี

ลุงสมพงษ์เป็นผู้ป่วยที่ทีมเราได้ดูแลกันมาเกือบปี เขามีเอกลักษณ์ เฉพาะตัวที่ทำให้ทีมเราและเพื่อนๆ คนป่วยจำเขาได้ ทุกครั้งที่มาตรวจที่คลินิก หรือมาให้ยาที่หน่วยเคมีบำบัด พวกเราจะได้ยินเสียงทักทายของเขา เสียงดัง ฟังชัดมาตั้งแต่ประตูทางเข้าห้องตรวจ และจะยกมือไหว้กราบทุกคนด้วย ใบหน้ายิ้มแย้ม ทักทายด้วยความเป็นมิตร ภาพชายวัยกลางคนรูปร่างผอมสูง ที่นั่งอยู่บนรถเข็นโดยมีลูกชายเข็นพามาตรวจรักษาพร้อมครอบครัวที่อบอุ่น

ลุงสมพงษ์มาเป็นลูกค้ำทีมเราตั้งแต่แรกเริ่มด้วยอาการปวดท้อง และ ตรวจพบเจอก้อนในท้อง คุณหมอสุภาพแพทย์หัวหน้าทีมที่ลุงสมพงษ์มัก เรียกว่าแม่ทัพใหญ่ ได้คุยปรึกษาวางแผนการรักษาดูแลลุงสมพงษ์ร่วมกับ ครอบครัว ทุกคนเคารพการตัดสินใจของลุงสมพงษ์ เขาพร้อมรับฟัง หยุดนึ่ง ไปพักใหญ่และเลือกทำผ่าตัดนำเจ้าก้อนเนื้อที่ตรวจพบไปตรวจเพื่อวินิจฉัย ความร้ายกาจของมัน คุณหมอบอกถึงแนวทางการรักษาหากความร้ายกาจ

ของมันเป็นเรื่องร้ายหรืออาจจะไม่ร้ายกาจอย่างที่คิดก็อาจเป็นไปได้ ลุงสมพงษ์ ตั้งใจฟังแม่ทัพใหญ่อธิบายอย่างใจจดจ่อ “หมอครับปกติชีวิตผมก็อยู่ในโลกมืด อยู่แล้ว หากพบว่ามันร้ายจริงๆ ผมคงต้องรับมือกับมัน”

การผ่าตัดผ่านไปได้ด้วยดี ลุงสมพงษ์ปลอดภัย ไม่กี่วันผลการวินิจฉัย เจ้าก้อนเนื้อไม่สู้ดีนัก มันร้ายกาจมากกว่าที่คิด ผลเป็นมะเร็งกระเพาะอาหาร ระยะท้ายและมีแนวโน้มนลุกลามกระจายไปยังอวัยวะอื่นในช่องท้อง คุณหมอแม่ทัพใหญ่ของทีมเราเรียกประชุม เราพยาบาลประจำประคอง ประคอง ทุกสิ่ง เตรียมวางแผนด้านจิตใจการไปต่อและที่เร่งด่วนคือการรับฟังข่าวร้ายของคนไข้ พี่พยาบาลเคมีบำบัดที่น่ารัก สูตรยาของพี่พยาบาลที่จะช่วยเยียวยาชีวิตผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายให้ได้มีคุณภาพชีวิตที่ระยะท้ายกับลูกหลาน แม้ไม่หายแต่เพิ่มเวลาเยียวยาเพื่อให้ผู้ป่วยและครอบครัวได้ทำสิ่งค้างคาใจ อีกสักหน่อย ทีมเราก็จะทำ คุณหมอมักบอกพวกเราเสมอว่าผู้ป่วยระยะท้าย ไม่ใช่ท้ายที่สุด อะไรที่เราทำได้เพื่อลดอาการหรือเยียวยาผู้ป่วยได้บ้างเราจะทำให้ เราให้เขาได้มีทางเลือก แม้สุดท้ายคือความตายแต่ก็มีสุขสุดท้ายได้ เราต้องช่วยกันเพื่อให้เกิดสิ่งนี้กับผู้ป่วยแต่เราจะไม่เพิ่มความทุกข์ทรมานกับเขา กรณีของลุงสมพงษ์ละเอียดอ่อนกว่าคนอื่น ลุงสมพงษ์ตาบอดทั้งสองข้างจากอุบัติเหตุเมื่อสิบปีที่แล้วเขาโชคร้ายกว่าคนอื่น การรับฟังข่าวร้ายของเขา คุณหมอให้เราเตรียมพร้อมเป็นพิเศษเพื่อให้เขาได้รับทราบและไปต่อได้

ลุงสมพงษ์มาตามนัด วันนี้เขาอารมณ์ดีและทักทายทุกคนเช่นเคย ความพร้อมของครอบครัวยังเหมือนทุกครั้งมากันพร้อมหน้าแม้ต้องกลางาน

ลูกๆ ก็มาด้วยทุกคน การเริ่มพูดคุยเรื่องข่าวร้ายผ่านไปได้อย่างราบรื่น การเตรียมรับมือทั้งทีมหอมแม่ทัพใหญ่และคนไข้ที่กำลังใจสู้ ไม่น่ากังวลอีกต่อไป “คุณหอมครับตอนแรกผมก็กลัวไม่ใช่ไม่กลัว แต่สิ่งที่คุณหอมบอกผม ผมก็ว่าผมจะสู้กับมัน คุณหอมคือแสงสว่างในความมืดของผมครับ ผมมองไม่เห็นคุณหอมแต่ผมรู้สึกได้ถึงความเป็นห่วงผมของคุณหอมครับ ผมสู้ครับ คุณหอมยังสู้ผมก็สู้ครับ คนเราตายภายในเจ็ดวันทุกคนแหละครับ มีอาทิตย์ถึงวันเสาร์ ยังไงก็มีสักวันในเจ็ดวันนี้แหละครับและจะกลัวทำไม”

การรักษาด้วยยาเคมีบำบัดผ่านไป ลุงสมพงษ์รับยาได้ทุกครั้ง ลุงได้ทำทุกอย่างที่เขาู้สึกว่ามั่นคงและมีความสุข การแบ่งร้านค้า บ้านและที่ดิน เขาได้ทำทุกอย่าง หรือแม้แต่ถ่ายรูปไว้ใช้ในงานของลุงเองก็ถูกเตรียมไว้พร้อม ป้านิดภรรยาของลุงสมพงษ์ก็ทำความเข้าใจกับอาการของลุง และสิ่งหนึ่งที่ลุงสมพงษ์มักพูดถึงให้ฟังคือการได้มีการเยี่ยมเยียนถามไถ่ อาการของทั้งหมด อนามัยและเพื่อน อสม.ที่ไปหาเมื่อเขากลับไปพักผ่อนที่บ้าน คือทีมของแม่ทัพใหญ่ที่ส่งไปดูแลลุงที่บ้านเสริมให้ลุงมีกำลังใจทำให้เขารับยาเคมีบำบัดได้ทุกครั้ง ลุงรู้ว่ามันแค่ประวิงเวลาให้ลุงเท่านั้น ไม่หายแต่ยังได้เวลาที่สามารถทำอะไรอีกหลายอย่างจนไม่มีสิ่งค้างคาใจใดๆ แล้ว

“หอมครับวันนี้ผมคงต้องเดินทางไกลแล้ว ผมขอขอบคุณ คุณหอมมากครับ” ร่างกายซูบผอมแต่ยังมีรอยยิ้มยกมือไหว้แม่ไม่ถูกทิศทางก็ตาม “คุณหอมคือแสงสว่างในความมืดของผมจริงๆ ครับ”

แม้วันนี้ลุงสมพงษ์ไม่อยู่กับเราแล้วแต่บทเรียนที่เราได้จากลุงสมพงษ์ ทำให้เราได้เรียนรู้ว่ากำลังใจคือสิ่งสำคัญ การสร้างแรงศรัทธาในการดูแลรักษา แม้สุดทางข้างหน้าคือความตายก็มีได้กลัวต่อสิ่งนั้น

รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



ปรานนาสุดท้าย

พรพิมล เพ็ชรบุรี

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลปึกสำโรง  
จังหวัดสระบุรี

“

บรรยากาศในห้องสี่เหลี่ยมที่เปิดเครื่องปรับอากาศเย็นสบายเต็มไปด้วยความสนุกสนาน มีความเป็นกันเอง ทุกคนต่างพากันพูดคุย หัวเราะ ยิ้มสดใสจากการที่ได้มาพบกัน ในวันกิจกรรมผู้สูงอายุ ณ ศาลาอเนกประสงค์ริมแม่น้ำป่าสักอันจำเริญ ที่ไหลเรื่อยรินเลาะไปตามโขดหิน ด้วยเหตุว่าเป็นฤดูแล้งน้ำแห้งจนแนวโขดหินใต้ท้องน้ำโผล่ขึ้นมาอวดรูปร่างสวยงามแตกต่างกันไป เช่นเดียวกับผู้สูงอายุจำนวนกว่าสามสิบกคนในห้องนี้ ทุกคนมีชีวิตที่มีทุกข์ มีสุข แตกต่างกัน บางคนมีปัญหาของชีวิตที่ถาโถมอย่างหนักหน่วง บางคนก็เพียงเป็นลมที่พัดผ่านไป จวบจนวันเวลาได้ล่วงเลยจนเข้าสู่วัยสูงอายุเช่นนี้ ชีวิตไม่สามารถย้อนกลับได้เช่นเดียวกับสายน้ำ

กิจกรรมผู้สูงอายุที่จะจัดขึ้นในแต่ละวัน ได้มีการวางแผนและเตรียมการล่วงหน้ามาทุกครั้ง แต่ครั้งนี้เกิดความรู้สึกไม่มั่นใจ และหวั่นไหวอยู่ในใจว่า ผลจะเป็นเช่นไรคอยรุมเร้าอยู่เป็นระยะ อย่างไรก็ตามฉันจะพยายามทำให้ดีที่สุด หลังจากการกล่าวทักทาย “สวัสดี” กันในกลุ่มผู้สูงอายุแล้ว ฉันเริ่มกล่าวทบทวนการนัดหมายกิจกรรมที่จะทำในวันนี้ “สำหรับกิจกรรมที่เราจะทำการ

ในวันนี้ คืออะไรจำได้กันไหมคะ ที่บอกไปครั้งที่แล้ว ก็ทำศิลปะบำบัดใจคะ ต่อจากนั้นเราจะไปทำกิจกรรมจิตอาสากันนะคะ” ฉันเริ่มให้โจทย์หลังจากที่แจกกระดาษเปล่า ดินสอ และดินสอสี ประจำแต่ละกลุ่ม “ ชีวิตของคนเรา เกิดมาแล้วก็ต้องตายกันทุกคน เป็นวัฏจักรปกติของมนุษย์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นธรรมดา ทีนี้สมมุตินะคะว่าเราเป็นอะไรสักอย่างที่เรารู้ตัวล่วงหน้าว่าเรากำลังจะจากโลกนี้ไป คือกำลังจะเสียชีวิต ถือว่าโชคดีที่เรารู้ตัว เพราะส่วนใหญ่คนที่เสียชีวิตจะไม่รู้ตัว และไม่สามารถวางแผนอะไรก่อนจากโลกนี้ไป เอาละคะสมมติว่าเราคือ คนโชคดี มีอะไรไหม ที่เรายังไม่ได้ทำ มีอะไรที่เรายังห่วง มีอะไรที่เรายังอยากจะบอกกล่าวกับใครสักคน ขอให้พวกเราวาดเป็นรูปลงบนกระดาษ แล้วก็ระบายสีตามที่ชอบใจนะคะ”

แนวคิดเรื่องกลุ่มบำบัดถูกนำมาใช้ในกิจกรรมผู้สูงอายุ และมักจะมีการเปลี่ยนอายุของความเป็นกลุ่มจิตบำบัดอยู่ด้วยเสมอ ตามความสามารถและความถนัดของพยาบาลเอง หลังจากวาดรูปเสร็จก็จะแบ่งเป็นกลุ่มย่อยและให้ผู้สูงอายุแต่ละคนได้นำเสนอรูปวาดของตนเอง และเมื่อเวียนมาถึงคนสำคัญที่เป็นเป้าหมายของฉัน คุณยายยกภาพวาดของคุณยายให้เพื่อนผู้สูงอายุในกลุ่มดู ด้วยความเจี๊ยบกริบ ฉันเดินเข้าไปยื่นขีดเก้าอี้ที่คุณยายนั่งอยู่ “ฉันรู้ว่าหมอต้อมต้องรู้ว่านี่คือใคร ได้ข่าวว่าเดินไม่ได้” คุณยายขี้อายไปที่รูปวาดแล้วก็เจี๊ยบ เพื่อนในกลุ่มก็เจี๊ยบตาม คุณยายที่ปกติเวลามาทำกิจกรรม จะเป็นคนที่ช่างพูด ช่างคุย “คุณยายคะ...หนูขอออกยายนะคะ” ฉันใช้มือข้างที่ว่างโอบไหล่ยาย พร้อมกับเพื่อนในกลุ่มเอื้อมมือมาจับแขนและมือของคุณยายไว้ กติกาการเข้ากลุ่มของเราคือเวลาเข้ากลุ่มสมาชิกในกลุ่มจะต้องพูดทุกคน

“ไม่เป็นไรค่ะ เพื่อนทุกคนยอมให้คุณยายผิดกติกาค่ะ”

เมื่อเพื่อนทุกคนในห้องกิจกรรมนำเสนอภาพวาดจนครบ บรรยากาศมีทั้งเศร้า เคล้าน้ำตา และมีเฮฮาปะปนกันไป หลังจากพักเบรกกิจกรรมแรกก็มาถึงกิจกรรมต่อมา นั่นคือจิตอาสา “สำหรับกิจกรรมจิตอาสาในวันนี้กลุ่มเราทั้งหมดจะเดินไปเยี่ยมผู้สูงอายุที่เป็นผู้ป่วยระยะสุดท้ายกันนะคะ ซึ่งได้ขออนุญาตทางครอบครัวผู้ป่วยไว้ล่วงหน้าแล้ว” บ้านของผู้ป่วยอยู่ริมแม่น้ำป่าสัก ห่างจากห้องกิจกรรมประมาณ 200 เมตร ผู้สูงอายุที่มาร่วมกิจกรรมทุกคนยังเดินเหินได้สะดวก พวกกันเดินซึกแถวไปยังบ้านเป้าหมาย ฉันเดินอยู่ตอนหน้าของแถวในใจแอบลุ้นตลอดเวลาว่า คุณยาย จะเดินมากับเพื่อนในกลุ่มหรือไม่ จนฉันไม่กล้าหันหลังกลับไปมอง

ที่บ้านของคุณตาลมพัดโชยจากลำน้ำป่าสักเย็นสบาย โรคไทรอยระยะสุดท้ายและมะเร็งระยะลุกลามกำลังจะพาคุณตาจากไปในไม่ช้านี้ ความต้องการที่เด็ดเดี่ยวและชัดเจนมาตลอดคือไม่ขอไปรักษาที่โรงพยาบาลนอนอยู่ที่บ้านหลังนี้ บ้านที่เคยสุข บ้านที่เคยทุกข์ บ้านที่สร้างมากับมือบรรดาเพื่อนผู้สูงอายุพากันพูดคุยทักทาย แสดงความห่วงใย และให้กำลังใจกัน

กิจกรรมผ่านไปแล้ว แต่ภาพวาดฝีมือของคุณยายยังฉายชัดอยู่ในห้วงความคิดของฉัน ภาพลายเส้นขยุกขยิกชายหญิงสองคนยืนจับมือกันที่ขาข้างหนึ่งของชายในภาพ ยายจงใจลากดินสอให้เป็นหยักๆ แท้ที่จริงยายคอยฟังข่าวคราวจากคนในชุมชนว่าตาป่วย มีอาการอย่างไรบ้าง “ได้ข่าวว่าเดินไม่ได้แล้ว” ยายสะท่อนเรื่องราวผ่านภาพวาดนั้น ภาพวาด

ชายหญิงสองคนนี้ไม่ใช่ภาพแรกที่ยายวาด ฉันเคยเห็นภาพลักษณะนี้มาจากกิจกรรมในครั้งที่ผ่านๆ มา

ครอบครัวใหญ่มีลูกหลายคน พ่อกับแม่ที่ต่อสู้ความเหนื่อยยากลำบาก สร้างตัว สร้างฐานะในอาชีพเกษตรกรรม เลี้ยงลูกมาจนเติบโตใหญ่ แต่แล้วก็เหมือนสายฟ้าฟาดลงมากลางครอบครัว ความแตกแยก ความอยากได้ในทรัพย์สินสมบัติของพ่อแม่ ความขุนขี้มองใจเข้ามาครอบงำจิตใจของทุกคนในครอบครัว เมื่อสายเลือดต้องกลายเป็นสายน้ำ ตากับยายต้องแยกจากกัน พี่น้องแต่ละคนโกรธเคืองกันอย่างรุนแรง ความบาดหมางเกินจะเยียวยา

กิจกรรมศิลปะบำบัด กลุ่มบำบัด ทำให้ฉันค้นพบความรู้สึกที่ซ่อนไว้ในใจของหญิงชราคนหนึ่ง ในช่วงเวลาที่เป็นระยะสุดท้ายของชีวิตชายชรา มาถึงแล้ว หากว่าการจากไปของชายชราจะไปพร้อมกับความเข้าใจ การอภัย การโอบอุ้มกรรมแก่กัน หรือได้มีโอกาสที่กล่าวคำลาต่อกัน ย่อมเป็นการจากลาที่ดียิ่ง คุณยายผู้ชราเดินปะปนไปกับกลุ่มผู้สูงอายุ จับมือกับคุณตา ทั้งคู่สบตากัน มองหน้ากัน และกล่าวคำพูดต่อกัน นี่คือภาพที่ฉันและเพื่อนผู้สูงอายุเฝ้ามองด้วยใจยินดี แต่ทว่าความจริงมันเพียงภาพที่วาดขึ้นในใจของฉันเท่านั้น หาได้เป็นจริงไม่

ก่อนกลับจากบ้านคุณตา ก่อนที่กลุ่มผู้สูงอายุจะแยกย้ายกัน ลูกสาวของคุณตาวีงเข้ามาจับแขนฉัน “คุณหมอคะ ขอบคุณมาก ขอบคุณจริงๆ หนูรู้ว่ากิจกรรมผู้สูงอายุวันนี้ หมอจัดเพื่อครอบครัวของเรา หนูนั่งฟังที่หมอพูดตลอดในห้องนั้น ..หนูแอบเห็นแม่เดินมาถึงตรงมุมกำแพงนั้น



แล้วแม่ก็หันหลังกลับไป แต่สักวันหนึ่งแม่อาจจะมาค่ะ”

“เดี๋ยวจะมีทีม Palliative ทีมใหญ่ มีอาจารย์หลายท่านมาลงพื้นที่ที่อำเภอของเรา ที่ไหนมีรายยากๆ ที่อยากให้ทีมลงไปช่วยบอกได้เลยนะคะ” คำบอกกล่าวของหัวหน้าพยาบาลช่างเป็นข่าวที่แสนดี ฉันรีบบอกว่าขอทีมมาลงพื้นที่นี้ แต่แล้วในที่สุดวันที่ฉันมาส่งคุณตาเป็นครั้งสุดท้ายที่ฌาปนสถานก็มาถึงก่อนที่ทีมใดๆ จะลงมาช่วยดูแล วันนั้นไม่ปรากฏแม้เงาของใครบางคน “ปรารภนาสุตท้าย” ก็ยังคงเป็นได้...แค่เพียงภาพวาดตลอดไป



รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



# เหนื่อยไหม

นศ.พต.ณภัทสรณ์ นิสิตสุขเจริญ

วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ

โรงพยาบาลตำรวจ สำนักงานตำรวจแห่งชาติ

“

ในวันที่ท้อใจ อ่อนล้าและสับสนบนเส้นทางสีขาวแห่งนี้ หนูเป็นเด็กคนหนึ่งที่ไม่เคยคิดจะเรียนพยาบาลมาก่อนเลย แต่อาจเป็นเพราะความบังเอิญหรือโชคชะตา ที่ทำให้หนูได้มาศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษาที่ “คณะพยาบาลศาสตร์ วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ” แน่แน่นอนว่าการใช้ชีวิตในบทบาทนักศึกษาพยาบาลตำรวจสำหรับหนูไม่่ง่ายเลย มีบททดสอบต่างๆ ที่เข้ามาเผชิญ แต่เพราะความเป็นรุ่นของเพื่อนๆ ความห่วงใยจากพี่ที่มีให้หน่อย และอาจารย์อบรมสั่งสอนและให้กำลังใจเสมอมา ทำให้หนูผ่านมาได้ แม้จะเรียนทฤษฎี วิชาต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการพยาบาล แต่หนูก็ยังไม่เข้าใจความหมายจริงๆ ของพยาบาล จนกระทั่งวันหนึ่ง

ณ โรงพยาบาลแห่งหนึ่ง ขณะนั้นหนูจำได้ว่า หนูได้ขึ้นฝึกปฏิบัติการบนหอผู้ป่วย คนไข้ที่หนูเป็นเจ้าของไข้ได้จำหน่ายออกจากโรงพยาบาลเพียง 2 วันจากที่หนูได้รับมอบหมาย หลังจากที่หนูจำหน่ายคนไข้เสร็จ หนูได้เดินกลับมาที่หอผู้ป่วย เพื่อดูว่ามีผู้ป่วยคนไหนต้องการความช่วยเหลืออีกบ้าง หนูค่อยๆ เดินจนสุดหอผู้ป่วยทางซ้ายมือ หนูพบคนไข้คนหนึ่ง

แตกต่างจากคนไข้อื่นๆ คนไข้เป็นหญิงชรา นอนเหม่อลอย แม้หนูจะเดินเข้าไปใกล้ๆ คนไข้ก็ไม่มีท่าทีสนใจ เมื่อมองเข้าไปในดวงตาคนไข้พบแต่ความว่างเปล่า เศร้าหวั่นกว่านั้นชาวาคคนไข้ถูกตัด

หนูสังเกตเห็นว่าที่งานข้าวคนไข้ไม่มีการรับประทานเลย หนูจึงพูดว่า “คุณยายคะ ทานข้าวกันนะคะ เดี่ยวหนูป้อนให้เอง” ไม่มีปฏิกิริยาใดๆ ตอบสนองจากคนไข้ ด้วยความสงสัยหนูจึงเดินกลับไปเปิดแฟ้มผู้ป่วย พบว่าสาเหตุที่คนไข้มาโรงพยาบาลจากภาวะเบาหวานคุกคาม ส่งผลให้ถูกตัดขาขา ปัญหาคนไข้ คือ ไม่ยอมรับประทานอาหารเลย ดื่มน้ำปริมาณน้อย เสี่ยงต่อภาวะทุพโภชนาการ ขณะอ่านแฟ้มก็ได้ยินว่า คนไข้จะต้องได้รับการใส่สายให้อาหารทางจมูกเร็ววันนี้

ประโยชน์นั้นสะท้อนในใจ หนูสงสารคนไข้ เนื่องจากคุณยายอายุมาก การใส่สายให้อาหารจะทำให้เจ็บและไม่สุขสบาย หนูเกิดความตั้งใจว่าหนูจะช่วยให้คุณยายไม่ต้องใส่สายนั้น หนูจึงนำความตั้งใจนี้กลับไปที่เตียงคนไข้ หนูได้แนะนำตัวเองและบอกกับคุณยายว่า “หนูไม่รู้ว่าคุณยายมีเรื่องทุกข์ใจอะไร แต่คุณยายจะมีหนูคอยดูแลอยู่ข้างๆ คุณยายไม่ได้อยู่อย่างลำพังหรือโดดเดี่ยว” พร้อมทั้งกุมมือเบาๆ คุณยายค่อยๆ หันมามอง แล้วก็หันหน้ากลับไป

วันต่อมา การป้อนข้าวคุณยายไม่ง่ายเลย หนูต้องจัดที่นั่งให้คุณยายลุกจากเตียง คุณยายรับประทานได้น้อยมาก หนูพูดให้กำลังใจ ชวนพูดคุย พร้อมทั้งป้อนข้าวไปด้วย คุณยายยังคงมีแต่ความเจ็บ หนูจำได้ว่า คุณยายรับประทานได้เพียงสามคำเท่านั้น

หนูยังคงดูแลคุณยายป้อนข้าววันแล้ววันเล่า ที่ผ่านมากับคุณยาย

มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีขึ้นเรื่อยๆ มีวันหนึ่งหนูสังเกตเห็นว่า คุณยายเปื้อนหน้าหนีเมื่อ หนูเปิดขามข้าว ในนั้นเป็นข้าวต้มปลา หนูจึงถามคุณยาย มีคำถามมากมาย พรั่งพรูออกมา แต่คุณยายมีความเจียมเป็นคำตอบ จนมีคำถามว่า “คุณยาย ไม่ชอบทานเนื้อสัตว์หรือคะ” คุณยายพยักหน้า หนูจึงบอกว่าถ้าหนูสามารถ จัดข้าวต้มปลาให้คุณยายได้ หนูอยากให้คุณยายรับประทานให้เยอะกว่านี้ คุณยายพยักหน้าเป็นเชิงตอบรับ แต่ไม่พูดอะไร หนูจึงแจ้งพี่พยาบาลว่า วันพรุ่งนี้ขอเป็นข้าวต้มปลาให้คุณยาย เพราะคุณยายจะสามารถทานได้ เยอะขึ้น วันถัดมาเมื่อเปิดอาหารมาคุณยายเห็นเป็นโจ๊กปลา คุณยายลุกขึ้นมา นั่งด้วยตนเอง ซึ่งปกติแล้วหนูจะต้องเป็นคนจัดทำนึ่งให้ วันนั้นคุณยาย รับประทานได้เกินครึ่ง จากที่รับประทานแต่ละมื้อไม่เกินหกคำ ทำให้หนูดีใจ และเกิดกำลังใจ

วันหนึ่งขณะรับเวรหนูเห็นญาติมาเยี่ยมคุณยายเป็นครั้งแรก หนูตั้งใจ จะเข้าไปพูดคุยกับญาติคุณยายเพื่ออยากทราบรายละเอียดเกี่ยวกับคุณยาย แต่ความตั้งใจหนูไม่เกิดผล เนื่องจากญาติคุณยายได้กลับไปก่อน หลังจาก รับเวรเสร็จหนูเดินไปหาคุณยายพบว่า คุณยายนอนมีน้ำตาคลอ หนูค่อยๆ ชับน้ำตาให้คุณยายพร้อมพูดกับคุณยาย “คุณยายคิดถึงบ้านใช่ไหมคะ หนูคิดถึงบ้านเหมือนกัน พรุ่งนี้คุณยายจะได้กลับบ้าน” คุณยายมองสบตาแล้ว นอนหลับ

วันสุดท้ายของการฝึกหัดผู้ป่วยนี้เป็นวันเดียวกับที่คุณยายได้กลับบ้าน หนูจำได้ไม่ลืมว่า ตอนบ่ายหลังจากอภิปรายเคสเสร็จ หนูเดินออกมาพบว่า มีญาติมารับคุณยาย หนูจึงเข้าไปแนะนำตัวและพูดคุยพบว่า เป็นลูกชายและ

ลูกสะใภ้ของคุณยาย ทั้งสองคนขอบคุณหนู คุณยายพูดขึ้นว่า “เหน้อยไหม” เป็นคำแรกที่คุณยายพูดกับหนูตั้งแต่ได้ดูแลคุณยายมา วินาทีนั้น หนูได้คำตอบว่าความหมายของวิชาชีพอพยาบาลคืออะไร หนูไปกุมมือคุณยายพร้อมสบตาความรู้สึกต่างๆ เกิดขึ้นมากมายในใจ หนูพูดอะไรไม่ถูก พูดเพียงว่า “ขอบคุณ” คุณยายพูดต่อว่า “เหน้อยไหมที่มาดูแลยายตลอด” พร้อมเล่าเรื่องราวต่างๆ ในชีวิตคุณยายจนกระทั่งล้มป่วย และสาเหตุที่คุณยายไม่รับประทานอาหารเช้า ฟังแล้วหนูเข้าใจคุณยาย หนู คุณยายและญาติคุณยายใช้เวลาพูดคุยกันเป็นเวลานาน เมื่อถึงเวลาสมควรคุณยายจึงกลับบ้าน หนูจำภาพวันนั้นได้ดี คุณยายและญาติให้ขนมปังสังขยาหนูหนึ่งกล่องและบอกว่า “ขอบคุณจริงๆ นะที่คอยดูแลยายมาตลอด ยายดีใจนะที่ได้เจอหนู” พร้อมรอยยิ้มของคุณยาย

หนูหลงห่อผู้ป่วยด้วยความรู้สึกที่มีความสุข คุณยายคงไม่รู้ว่าคำว่า “เหน้อยไหม” ของคุณยายทำให้หนูค้นพบความสุขจากการได้มาเป็นนักศึกษาพยาบาลตำรวจ ความสุขจากการเป็นผู้ให้การดูแลผู้อื่น เป็นความสุขที่เงินซื้อไม่ได้ จากการได้ดูแลแบบองค์รวม (holistic care) โดยดูแลทั้งด้านร่างกาย การทำหัตถการต่างๆ การให้สารน้ำ การให้ยาตามแผนการรักษาของแพทย์ และด้านจิตใจ หากผู้ป่วยมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อแพทย์และพยาบาลแล้ว นอกจากจะช่วยให้การรักษาพยาบาลเป็นไปตามเป้าหมาย ยังมีส่วนช่วยให้ผู้ป่วยเกิดกำลังใจ เห็นคุณค่าการมีชีวิตอยู่ของตนเอง ทำให้เกิดพลังใจส่งผลให้ผู้ป่วยมีความสุข ซึ่งเป็นการบำบัดการเจ็บป่วยที่เปรียบเสมือนยาวิเศษที่ไม่มียาใดในโลกนี้สามารถทำได้

หนูไม่รู้ว่าอนาคตหนูจะต้องเจอกับอุปสรรคหรือปัญหาอะไรที่จะเกิดขึ้น แต่คำว่า “เหนียวเหนียว” ที่คุณยายพูดในวันนั้น จะเป็นพลังให้หนูสามารถผ่านอุปสรรคไปได้สู่จุดมุ่งหมายความสำเร็จที่หนูตั้งใจ



รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2561



# โรตีเพื่อนั้น

สุริมา พิษะพัฒน์

โรงพยาบาลสมเด็จพระบรมราชเทวี ณ ศรีราชา



“

เคยสงสัยเหมือนฉันไหมว่าจริงๆ แล้ว “คุณค่าของชีวิต” มันคืออะไร เราเกิดมาทำไม เรากำลังใช้ชีวิตแต่ละวันเพื่อเป้าหมายใด มันดูยากเหลือเกินกับการหาคำตอบของคำถามเหล่านี้ มันยากจนฉันต้องกลับมาถามตัวเองอีกครั้งว่า สุดท้ายแล้วทำไมเราต้องสร้างคุณค่าอะไรให้กับชีวิตด้วย ก็แค่ดำเนินชีวิตให้เป็นไปตามสิ่งที่ควรจะเป็น เรียนจบ ทำงาน สร้างครอบครัว ก็แค่นั้นเอง มันดูไม่น่าจะมีอะไรยากเลย

“คุณลุงง วันนี่เจอหนูอีกแล้วนะ เปื่อหนูรึยัง” คำพูดที่ฉันทักทายคนไข้คนหนึ่งที่นั่งนอนอยู่ในวอร์ด Palliative มาครบหนึ่งอาทิตย์แล้ว มองอย่างผิวเผิน แกก็ดูเป็นชายมีอายุที่พูดคุยโต้ตอบได้ ช่วยตัวเองได้ และเหมือนจะแข็งแรงดี ถ้าไม่คิดว่าแกมีอาการท้องบวมโต และหอบเหนื่อยในเวลาที่เราพูดคุยยาวเป็นชั่วโมง ไข้...แกเป็นคนไข้มะเร็งตับระยะสุดท้าย แต่นั่นก็ไม่ได้ทำให้แกดูห่อเหี่ยวอะไรเลย แกมแกยังเป็นคนแก่คนหนึ่งที่น่ารักมากๆ ด้วยละ แกชอบเล่าเรื่องสมัยอดีตให้แพทย์แผนไทยที่เข้าไปนัดให้แกฟัง ฉันเองนั้นแหละ แพทย์แผนไทยตัวน้อยๆ ในวงการ Palliative ที่เข้ามาทำงานนี้แบบจับพลัด

จับพลู มาแบบไม่รู้ประสีประสา แต่นานวันเข้าฉันก็พอจะคุ้นเคยและเรียนรู้ งานของวอร์ดนี้ได้บ้าง นอกจากฉันแล้วก็ยังมีนักดนตรีบำบัดอีกหนึ่งคนที่เข้าไปร่วมสร้างสีสันและเสียงหัวเราะให้กับแก แกเป็นคนแก่ที่ร้องเพลงเพราะ มากๆเลยนะ แกเล่าว่าสมัยก่อนแกก็ร้องเพลงจีบคุณป้า สุดท้ายคุณป้าเลย ใจอ่อนคบบกับแกจนอยู่กันยืนยาวมาทุกวันนี้ แม้กระทั่งตอนที่คุณป้ายังนั่งเฝ้า อยู่ข้างเตียงคุณลุงไม่ห่างไปไหนเลย

จากหนึ่งวันสู่หนึ่งสัปดาห์ที่ฉันและคุณลุงได้พบเจอกัน บรรยากาศ ก็คล้ายๆ เดิม ที่เพิ่มเข้ามาคงเป็นความคุ้นเคยและความสนิทสนมที่นาน วันเข้าก็ยิ่งเพิ่มพูนขึ้น ระยะเวลาเพียงไม่กี่วันมันทำให้ฉันรับรู้เรื่องราวต่างๆ มากมายทั้งสุขและทุกข์ ภายใต้เสียงหัวเราะและรอยยิ้มของคุณลุงกับคุณป้า มีเรื่องราวมากมายที่ซ่อนอยู่ในนั้น ฉันพบเจอกับความโชคร้าย ความสิ้นหวัง และความเหนื่อยล้ามากมายที่ถาโถมอยู่ภายในใจ ฉันยังจดจำวันนั้นได้ดี วันที่คุณลุงน้ำตาไหลลงมาอาบแก้มทั้งสองข้าง มือที่ฉันกุมมือทั้งสองข้าง ของคุณลุงไว้ วันที่คุณป้าเดินออกมาส่งฉันที่หน้าห้องและสวมกอดพร้อมกับ น้ำตาที่ไหลเปื้อนหน้า พวกเขาขอบคุณฉันอย่างจริงใจสำหรับการดูแลและ ความใส่ใจในทุกๆ วัน ฉันเองก็เหมือนกัน ฉันก็ขอบคุณพวกเขา ขอบคุณ ที่ให้แพทย์แผนไทยคนนี้ได้เป็นพื้นที่แห่งความสบายใจของพวกเขา มันจึง ไม่แปลกเลยที่เราเริ่มสนิทสนมกันจนเหมือนลูกเหมือนหลาน

“คุณลุงง วันนี้ออกอีกแล้วนะ หนูมีน้ำผลไม้มาฝากคุณลุงด้วยล่ะ” คำทักทายในตอนเช้าที่เหมือนกับในทุกๆ วัน แต่วันนี้ฉันมีน้ำผลไม้ใส่ขวดมา ฝากพวกเขา ความสดใสและรอยยิ้มจากคนทั้งสองทำให้เช้าวันนี้สดใสกว่า

ที่เคย เราพูดคุยกันตามเรื่องราว พร้อมกับฉันที่บรรจงนวดตามแขนและขาให้กับคุณลุง และในบ่ายวันเดียวกันนั่นเอง ระหว่างที่ฉันซื้ออาหารกลางวันเรียบร้อยแล้ว ฉันได้กลิ่นหอมของโรตีสวยมาแต่ไกล แน่ใจว่าฉันนึกถึงคุณลุงกับคุณป้าทันที ระหว่างที่ฉันกำลังเดินเข้าไปที่ร้านโรตีที่อยู่ไม่ไกลจากฉันมากนัก อยู่ๆ ใจฉันก็เกิดคำถาม “นี่เรากำลังทำอะไร มันมากเกินไปหรือเปล่า เรากำลังเอาชีวิตและใจของเราไปผูกติดกับคนใช้อย่างนั้นหรือ วินาทีนั้นฉันเลือกที่จะหยุดเดินและยืนนิ่งอยู่ตรงนั้น ถ้าคุณลุงจากไปฉันจะร้องไห้ไหม ถ้าคุณป้าต้องกลับบ้านแล้วฉันจะเสียใจไหม ถ้าฉันเป็นเพียงคนที่ให้การดูแล ฉันมีสิทธิ์ที่จะเอาตัวเองไปอยู่ในพื้นที่ของเขาขนาดนี้ไหม คำถามมากมายที่วนไปวนมาอยู่ในหัวฉัน อยู่ๆฉันก็กลัว กลัวความรู้สึกในครั้งนี้นั้นมีแต่คนบอกฉันว่าถ้าเลือกที่จะทำงานนี้แล้ว จงอย่าเอาใจไปผูกติดกับผู้ป่วยมากเกินไป แต่นี่ฉันกำลังจะทำแบบนั้น มันมีแต่ความสับสนและความลังเลเต็มไปหมด แต่สุดท้ายขาฉันก็บอกให้ฉันเดินไปตามความตั้งใจเดิม นั่นคือการเดินไปซื้อโรตีกลับไปฝากคุณลุงกับคุณป้าที่น่ารักของฉัน

วันรุ่งขึ้นฉันรีบเดินไปที่เวิร์ดเพื่อไปทักทายพวกเขาทั้งสองคน คุณป้าบอกฉัน “หนูนี่เก่งจริงๆ เลย รู้ด้วยว่าลุงแก่ชอบโรตี เมื่อก่อนแก่ซื้อกินทุกวันเลยนะ เนี่ย ช่วงนี้แก่บ่นเบื่ออาหาร แต่เมื่อวานป้าเอาโรตีร้อนๆให้ลุงกินแล้วบอกว่าหมอซื้อมาให้ ลุงแก่กินหมดเลยนะ สงสัยจะอร่อยน่าดู” พร้อมกับรอยยิ้มอันสดใสของคุณลุงที่นอนอยู่บนเตียงเช่นเคย

รู้ไหมว่าสุดท้ายแล้ว วันนั้นก็ในวันสุดท้ายที่ฉันได้เจอกับพวกเขา วันเสาร์หมอเจ้าของไข้อนุญาตให้แก่กลับบ้านได้ เราจึงไม่ทันได้บอกลากัน

อย่างเป็นทางการ แต่หลังจากนั้นอีกเดือนกว่าๆ ฉันก็ได้ยินข่าวจาก หมอเจ้าของไข้ว่าคุณลุงได้เสียชีวิตลงด้วยภาวะตับวาย ส่วนคุณป้าก็ยังอยู่ในภาวะเสียใจและรู้สึกผิดที่ไม่สามารถพาคุณลุงมาโรงพยาบาลได้ทัน ถ้ามว่าฉันเสียใจไหม มันแน่นอนอยู่แล้ว ทุกสิ่งที่เรียกว่าการจากลา มันต้องมีความเศร้าโศกเกิดขึ้นเป็นธรรมดา แต่ฉันก็ไม่ได้ฟูมฟายอะไร มันกลับเป็นความรู้สึกดีใจด้วยซ้ำที่ในวันนั้นฉันเลือกเดินกลับไปซื้อโรตี้ให้คุณลุง แค่ว่าในวันนั้นฉันทำเต็มที่แล้ว ฉันดูแลรักษาอาการปวดเมื่อยของคุณลุงอย่างตั้งใจ ฉันดูแลภาวะภายในจิตใจของเขาทั้งสองคนได้ในระดับหนึ่ง ฉันว่ามันไม่ได้มีอะไรที่มากไปเลย มันเป็นความสวยงามที่เกิดขึ้นในใจฉัน มันทำให้ช่วงนั้นฉันสุขเป็นพิเศษ สุขใจที่ได้ไปทำงาน

ฉันว่าฉันเจอแล้วแหละ “คุณค่าของชีวิตฉัน” คุณค่าในชีวิตที่มันเหมือนจะดูไม่จำเป็นอะไร แต่นั่นมันก็เป็นเหตุผลที่ทำให้ฉันอยากกลับมาทำงานในทุกๆ วัน มันทำให้ฉันรู้ว่าฉันยังต้องมีชีวิตอยู่ต่อไปเพื่อสร้างอะไรให้กับผู้คน ฉันว่าฉันหลงรักงาน Palliative เข้าแล้วละ





# รักไร้เสียง

พ.ต.ท.นพ.กฤติชาติ กำจรปรีชา  
ภาควิชาอายุรศาสตร์ โรงพยาบาลตำรวจ

“

“Once cancer happens it changes the way you live for the rest of your life”

---Hayley Mills---

“พี่คะ พรุ้งนี่น้องจะหมั้น พี่สะดวกมาร่วมงานหมั้นของเราไหมคะ” เสียงปลายสายจากน้องสาวอันเป็นที่รักยิ่งของผม เสียงที่ดังขึ้นในยามวิกาล อย่างไม่ทันได้ตั้งตัว “ได้สิ พรุ้งนี่พบกันที่ไหน ก็โมงจ๊ะ” มันเป็นบทสนทนาสั้นๆที่อาจฟังดูแปลก ชวนให้สงสัย แต่สำหรับผมแล้วมันเป็นสิ่งที่เข้าใจได้ แม้เป็นเรื่องที่ไม่อยากจะทำให้เกิดขึ้นก็ตาม และไม่คิดว่ามันจะเกิดขึ้นกับครอบครัวของเรา

น้องสาวของผมเป็นจิตแพทย์และกำลังจะแต่งงานกับแฟนหนุ่มซึ่งเป็นจิตแพทย์เช่นกัน โดยทั้งคู่มีกำหนดการหมั้นหมายและแต่งงานในปลายปีนี้ การเตรียมงานเป็นไปอย่างราบรื่น ทั้งสองคนมีความสุขที่ได้วางแผนชีวิตร่วมกัน แต่เมื่อต้นปีที่ผ่านมามีทั้งสองได้ทราบข่าวว่าแม่ของว่าที่เจ้าบ่าวนั้น เป็นมะเร็งระยะสุดท้าย ซึ่งเป็นเรื่องที่ไม่มีใครเตรียมใจล่วงหน้า ทางครอบครัว

ว่าที่เจ้าบ่าว ตัดสินใจให้แม่เข้ารับการรักษาดำเนินการตามคำแนะนำของแพทย์ ซึ่งแม่ก็เต็มใจเข้ารับการรักษา เป็นระยะเวลาหลายเดือนที่แม่เข้าออกโรงพยาบาลเพื่อรับการรักษานั้น เราได้เห็นชีวิตของคนเป็นแม่ที่มีความเข้มแข็ง อดทนเพื่อลูกที่เขารัก และทำให้เราได้เรียนรู้เช่นกันว่าการถนอมเวลาที่เหลืออยู่นั้น ไม่ใช่เรื่องง่ายที่จะปรับตัวและปรับสภาพจิตใจให้เป็นปกติเพื่อคนที่เรารักเช่นกัน

เช้าวันรุ่งขึ้น ครอบครัวของเราทั้งสองครอบครัวได้นัดพบกันที่โรงพยาบาล โดยมีกำหนดการงานหมั้นที่จัดขึ้นอย่างเรียบง่ายภายในห้องผู้ป่วย มีเพียงสองครอบครัวที่อยู่ในพิธีการสำคัญของที่บ่าวสาวคู่นี้ ครอบครัวของผมเดินไปยังห้องผู้ป่วยพร้อมด้วยเครื่องหมั้นหมายตามประเพณี ซึ่งทางฝ่ายว่าที่เจ้าบ่าวได้เตรียมรอรับอยู่ที่ห้องผู้ป่วย ครั้นเมื่อผมได้ก้าวผ่านประตูและเข้าไปยังห้องผู้ป่วยนั้น สิ่งที่ผมได้พบเห็นมันคือภาพของครอบครัวที่อยู่พร้อมหน้าพร้อมตากันในวันสำคัญ ในวันที่ไม่มีใครรู้สึกรู้ว่า แม่เป็น “คนป่วย” แม่เป็น “ผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย” แม่คือ “คนที่ความตายได้กล้ำกรายเข้ามาสู่ชีวิต” สัมผัสได้เพียงว่า วันนี้แม่เป็น “แม่” ของลูกทั้งสองคน และมันจะเป็นวันที่แม่มีความสุขที่สุดของชีวิต เป็นวันที่แม่ได้เติมเต็มคำปรารถนาสุดท้ายที่ว่า “จะอยู่ให้ถึงวันงานของลูก”

ว่าที่เจ้าบ่าวและว่าที่เจ้าสาวเดินไปยังข้างเตียง มือน้อยๆ ของลูกประทับลงบนมือและใบหน้าของแม่อย่างอ่อนโยน เพื่อปลุกให้แม่ตื่นลืมตาขึ้นมารับรู้ถึงการมาของทั้งสองครอบครัว แม่ยิ้มและลืมตาแทนคำที่ทักทายว่า “มากันแล้วหรือลูก” สายตาของแม่กวาดมองไปรอบๆเตียง และในแววดตาของแม่นั้น แสดงถึงการรับรู้และร่วมแสดงความยินดีกับพวกเราทุกคนที่มาร่วมงานกัน



ว่าที่เจ้าบ่าวบรรจงเซ็ดหน้าเซ็ดตาแม่ ป้อนน้ำให้แม่เพื่อดับกระหาย กระชิบที่ข้างหูเพื่อปลงถ้อยคำที่มีเพียงเราสองคนแม่-ลูกเท่านั้นที่รู้ แม่ได้แต่ยิ้มอย่างมีความสุข ลูกน้อยที่แม่รัก ลูกน้อยที่แม่เฝ้าเลี้ยงเจ้ายามเจ้ายังเล็ก ลูกน้อยที่แม่ป้อนข้าวป้อนน้ำทีละคำๆ ลูกน้อยที่แม่คอยเซ็ดตัวป้อนยารยามเจ้าเจ็บป่วย ลูกน้อยที่แม่โอบอุ้มปกป้องด้วยความรัก ลูกน้อยที่เป็นยิ่งกว่าแก้วตาดวงใจของแม่ ลูกน้อยที่แม่คอยเฝ้าดูเจ้าเติบโตด้วยความภาคภูมิใจ และคงไม่มีความสุขใดยิ่งใหญ่ไปกว่าคนเป็นแม่ได้เห็นลูกน้อยอันเป็นที่รักกำลังจะสร้างครอบครัว แม่ในวันนี้เป็นวันที่แม่ไม่มีแรงแม่แต่จะพูด ไม่มีแรงที่จะกล่าวคำอวยพรแก่ลูกทั้งสอง และต่อจากนี้ไป เมื่อสิ้นแม่แล้ว แม่อยากให้ลูกรู้ว่าแม่มีความสุขที่ความปรารถนาสุดท้ายของแม่นั้นสำเร็จ แม่แม่จะไม่มีโอกาสอยู่เพื่อเฝ้าดูลูกทั้งสองต่อไปก็ตาม แม่ก็ขออวยพรให้ลูกทั้งสองประสบแต่ความสุขความเจริญ เมื่อวันนั้นของแม่มาถึง แม่จะคอยเฝ้าดูเจ้าทั้งสองอยู่บนฟ้า “เราจะจากกันเฉพาะตอนตื่น” เราจะอยู่ในใจของกันและกันตลอดไป

ความรักและความปรารถนาดีของแม่นั้น ส่งผ่านมาถึงพวกเราผ่านรอยยิ้ม ผ่านน้ำตาแห่งความสุขและความยินดี และดูเหมือนความเจ็บปวด ความทุกข์ทรมานทางกายที่แม่ได้รับนั้น มีอาจทำอะไรแม่ได้เลย ภาพที่น่าประทับใจกลับไม่ใช่ภาพที่คู่บ่าวสาวผลัดกันสวมแหวนให้แก่กันและกัน แต่กลับกลายเป็นภาพสองมือของลูกน้อยประคองแม่เพื่อป้อนยา สองมือของลูกน้อยที่กุมมือแม่ไว้แน่นไม่ห่าง สองมือของลูกน้อยที่ปรนนิบัติแม่เหมือนครั้งที่แม่เคยดูแลเมื่อยังเล็ก ภาพความผูกพันในอดีตของแม่-ลูกคู่นี้ ผุดขึ้นมาในความคิดและในความรู้สึกของพวกเราทุกคนอย่างชัดเจน

งานหมั้นในวันนั้น เป็นงานหมั้นที่ไม่มีพิธีกร เป็นงานหมั้นที่ไม่มีพิธีการ หรือสคริปต์บทพูด เป็นงานหมั้นที่ไม่มีแขกหรือเข้าร่วมงาน เป็นงานหมั้นที่ใช้หน้าตาแห่งความยินดีแทนคำอวยพร เป็นการสวมแหวนที่ไม่มีเสียงปรบมือ เป็นงานหมั้นที่ไร้เสียงโดยแท้จริง แต่ตรงกันข้ามนั้น เสียงที่ดังชัดเจนและก้องกังวาลกลับอยู่ภายในหัวใจของเราทุกคน มันดังก็ก้องไปด้วยความสุขและความยินดี ความสุขที่ได้ทำตามคำปรารถนาสุดท้าย ความสุขที่ได้เห็นผู้อื่นมีความสุข แม้ว่าการเกิด แก่ เจ็บ ตายนั้น เป็นเรื่องธรรมดาที่จริง แต่การจากไปอย่างมีคุณค่าและสมศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์นั้นมีความสำคัญยิ่งกว่า การรักษาจิตวิญญาณไว้ได้นั้น มีค่าไม่ด้อยไปกว่าการรักษาโรคทางกายให้หายขาด ดังนั้นการดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองหรือบริบาลบรรเทา จึงเป็นสิ่งที่ทุกคนปรารถนา อีกทั้งยังเป็นเครื่องชี้นำให้เราได้พบกับแง่มุมที่สวยงามของชีวิตที่ซ่อนอยู่ เรียนรู้จากความธรรมดาของวัฏสงสาร เรียนรู้เพื่อเข้าใจในความหมายและคุณค่าของการมีชีวิต เรียนรู้และเข้าใจความรักอันบริสุทธิ์ เพื่อให้พวกเราดำรงถึงเกียรติภูมิแห่งวิชาชีพ และตระหนักถึงความไว้วางใจของคนไข้และญาติที่ฝากชีวิต ฝากความหวังไว้กับพวกเรา นำพาเราเข้าถึงความหมายอันลึกซึ้งที่องค์สมเด็จพระมหิตลาธิเบศร อดุลยเดชวิกรม พระบรมราชชนก พระราชบิดา ที่พระองค์ทรงได้พระราชทานให้กับพวกเราไว้ว่า “ฉันไม่ต้องการให้เธอเป็นเพียงหมอมเท่านั้น แต่ต้องการให้เธอเป็นคนดีด้วย”





# จากรูปภาพใบหนึ่ง

• ชนุตพร รัตนมงคล

ศูนย์นันทชีวะรักษ์ โรงพยาบาลเจริญกรุงประชารักษ์

“

บางครั้งความคิดความรู้สึกของเราก็สามารถเปลี่ยนแปลงได้ง่ายดาย  
อย่างคาดไม่ถึง เพียงเพราะสิ่งกระตุ้นเล็กๆ ที่สร้างคุณค่าทางความรู้สึก  
ได้มากมาย

ในช่วงเวลาที่ยังเยาว์วัย ข้าพเจ้ามีความคุ้นเคยกับโรงพยาบาลเป็น  
อย่างยิ่ง ในฐานะหลานสาวของพยาบาล และใช้บริการในโรงพยาบาลจน  
คุ้นเคย ทำให้ “พยาบาล” เป็นอาชีพที่ใฝ่ฝัน ได้สวมใส่ชุดขาวกับรองเท้า  
ส้นสูง สะอาดตา และดูสง่างามเหลือเกิน แต่เมื่อเติบโต เรียนรู้ประสบการณ์  
มากขึ้น ความรู้สึกกลับเปลี่ยนไป ไม่อยากเป็นพยาบาลอีกแล้ว แต่เพราะพรหมลิขิต  
หรือชะตากำหนดไม่ทราบได้ ข้าพเจ้าสามารถสอบ Entrance ติดคณะที่ชอบ  
แต่เป็นต่างจังหวัด จึงถูกคุณพ่อยับยั้งด้วยความรักและห่วงใยลูกสาว ให้สมัคร  
สอบเข้าเรียนในมหาวิทยาลัยในกรุงเทพฯ และที่นั่นก็คือ วิทยาลัยพยาบาล  
เกื้อการุณย์ ซึ่งข้าพเจ้ามิได้ยินดีต่อการเรียนวิชาชีพนี้อีกแล้ว แต่ก็ตามใจ  
ครอบครัวจึงเรียนจนจบ และเริ่มปฏิบัติงานพยาบาลวิชาชีพ ในโรงพยาบาล  
เจริญกรุงประชารักษ์ ซึ่งวิ่งเล่นและคุ้นเคยตั้งแต่เด็ก จากวันแรก เป็นปีและ

หลายปีผ่านไป ความคุ้นเคยกับความฝันในวัยเด็กจึงกลับมาอีกครั้งและเพิ่มขึ้นๆ ในทุกวันที่ทำงาน

ช่วงเวลาที่ผ่านไป ข้าพเจ้าได้ใช้โอกาสพัฒนาตนเองเพื่อเพิ่มสมรรถนะตนเองอย่างต่อเนื่อง จนจบการศึกษาในระดับมหาบัณฑิต สามารถดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองและผู้ป่วยระยะสุดท้าย (Palliative Care) ได้ ซึ่งก็คิดอีกว่าช่างไม่เหมาะสมกับตัวเองเสียเลยแต่เมื่อจบแล้วก็ต้องปฏิบัติหน้าที่ให้หน่วยงานการดูแลผู้ป่วยระยะท้ายมุ่งเน้นการตอบสนองความต้องการที่แท้จริงของผู้ป่วยและครอบครัว การลดและบรรเทาความทุกข์ทรมานจากความเจ็บปวดให้กำลังใจต่อสู้กับช่วงเวลาที่เหลืออยู่อย่างมีความสุข จนลมหายใจสุดท้ายสิ้นสุดอย่างสงบโดยมิได้ทิ้งความทุกข์ใจไว้กับบุคคลที่อยู่เบื้องหลัง นับเป็นภารกิจที่น่าศรัทธา ในความคิดของข้าพเจ้า แต่แล้วเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิดก็เกิดขึ้นกับการทำหน้าที่นี้ ข้าพเจ้าใช้การสื่อสารที่ผิดพลาด สร้างความเข้าใจผิดต่อผู้ป่วยและญาติ อาการผู้ป่วยทรุดลง จิตใจท้อแท้กว่าเดิม ข้าพเจ้าผิดหวัง และรู้สึกล้มเหลวต่อบทบาทที่ได้รับอย่างมาก

ความท้อแท้เริ่มเกาะกินใจ ความเชื่อมั่นจากการเรียนรู้มากมายลดลง แต่การเป็นพยาบาลมิได้จบลงง่ายๆ ยังคงต้องเดินต่อไป จนวันหนึ่ง ได้ดูแลผู้ป่วยมะเร็งระยะท้ายอีกราย ซึ่งเป็นครอบครัวที่มีความรักความผูกพันอย่างแนบแน่น ได้รับความรู้ความเข้าใจต่อการดูแลแบบประคับประคองและยอมรับการเสียชีวิตอย่างสงบตามธรรมชาติ เมื่อผู้ป่วยเข้าสู่ระยะท้ายมีอาการสับสน หายใจเร็วเหนื่อย บ่อยขึ้น บุตรสาวจึงเกิดความกังวล และร้องไห้ตลอดเวลา พร้อมบอกกับข้าพเจ้าว่า “หนูยังไม่ทำอะไรให้พ่อภูมิใจเลย”

และอื่นๆ อีกมากมาย ซึ่งข้าพเจ้าไม่กล้าคิดคำพูดหรือแสดงความคิดเห็นใดๆ มากกว่าการปลอบใจสั้นๆ เท่านั้น ด้วยความกลัวความผิดพลาด เช่นครั้งที่แล้วกลับมาอีก จึงเป็นผู้ฟังที่ดีมากกว่า ทำให้เก็บข้อมูลที่น้องพูดได้มาก และทราบว่า น้องเรียนจบมหาวิทยาลัย แล้วกำลังรอรับปริญญา ในอีก 6 เดือนข้างหน้า ซึ่งเป็นสิ่งที่พ่อรอมาตลอด แต่ในวันนี้ พ่อกำลังจะจากไปทั้งที่ความหวังนั้นยังไม่ได้มาถึง ทำให้ผู้ป่วยยังคงค้างคาใจ ยังคงกังวลกับความหวังที่มีได้ตอบสนอง เป็นความทุกข์ที่ทำให้ผู้ป่วยไม่สามารถหลับตาอย่างสงบได้ เป็นความทุกข์ของบุตรสาว และครอบครัวที่เห็นผู้ป่วยยังมีความทรمانกับสิ่งสุดท้ายของชีวิต จิตวิญญาณของพยาบาลกลับเข้ามาในตัวข้าพเจ้าอีกครั้ง ทำหน้าที่ Palliative Care Nurse อย่างเต็มที่ กลับมาประเมินผู้ป่วยซึ่งครอบคลุมทั้งสภาพร่างกาย จิตใจ ความรู้สึก จิตวิญญาณ ความต้องการสุดท้าย ผู้ป่วยสามารถบอกได้ว่า “หากมีโอกาสและเวลามากกว่านี้ก็อยากไปงานรับปริญญาของลูกสาว ถ่ายรูปและติดไว้บนฝาผนัง ได้ดูแลปลื้มใจ”

แม้เวลาจะเหลือน้อย แต่ยังสามารถสร้างความสุขให้ผู้ป่วยได้ ข้าพเจ้าแนะนำลูกสาวเข้าชุดครุยรับปริญญา และยืมใบปริญญารุ่นพี่ มาถ่ายรูปกับพ่อที่โรงพยาบาลและบอกพ่อว่า มหาวิทยาลัยเลื่อนการรับปริญญาเร็วขึ้น จึงมาถ่ายรูปกับพ่อก่อน และเราก็ได้รับรอยยิ้ม และความสุขของผู้ป่วยในวันนั้น ตลอดทั้งวัน ไม่มีการขอยาแก้ปวดเลย ทำให้ทุกคนประหลาดใจและมีความสุขกับครอบครัวนี้ไปด้วย และ 2 วันต่อมาผู้ป่วยก็จากทุกคนไปอย่างสงบพร้อมกับความสุขครั้งสุดท้าย กับรูปใบสุดท้าย “งานรับปริญญาของลูกสาว” “ขอบคุณมากเลยค่ะพี่ อย่างน้อย หนูก็ได้ทำให้พ่อภูมิใจทันเวลา” ลูกสาว

ผู้ป่วยเข้ามาจับแขนข้าพเจ้าและกล่าวขอบคุณอย่างจริงใจ

ข้าพเจ้าเข้าใจและรู้ซึ่งถึงบทบาทอันสำคัญของการเป็น “Palliative Care Nurse” ที่ดีแล้วในวันนั้น “การเป็นผู้ฟังที่ดี และเข้าใจผู้อื่น เข้าใจความต้องการ และคุณค่าของการมีโอกาสน ช่วยเหลือให้ความหวังเป็นจริง แม้เพียงเล็กน้อย ก็จะทำให้เกิดความรู้สึกสุขเกินคำบรรยายใดๆ” นี่คือเรื่องหนึ่งและส่วนหนึ่งที่ทำให้ผู้หญิงในชุดขาวคนนี้ ภาคภูมิใจและเห็นคุณค่าของตัวเอง คุณค่าของความเป็น “พยาบาล”









# จดหมายถึงยาย

นางลักษณ์ สรรสม

งานพยาบาลผู้ป่วยพิเศษ

ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช

“

การดูแลผู้ป่วยระดับประคองที่เจ็บป่วยด้วยโรคเรื้อรังรักษาไม่หาย ที่มีอาการคุกคามของโรคต้องเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลสลับกับการดูแลผู้ป่วยที่บ้านโดยผู้ดูแลในครอบครัว สิ่งสำคัญที่แพทย์และพยาบาลต้องไม่ลืม นอกจากการดูแลที่ตัวผู้ป่วยแล้ว นั่นคือ การดูแลผู้ดูแลผู้ป่วยว่ากำลังเผชิญกับ ปัญหาใดบ้าง ทั้งปัญหาสุขภาพกาย-ใจของผู้ดูแล การเงิน สัมพันธภาพ ในครอบครัวระหว่างที่ดูแลผู้ป่วยควบคู่กันไป

ดิฉันในฐานะที่เป็นพยาบาลและขณะเดียวกันก็เคยดูแลผู้ป่วยเรื้อรัง ในครอบครัวที่ประสบปัญหาดังที่กล่าวมา ทำให้เข้าใจสิ่งเหล่านี้จากประสบการณ์ ของตนเอง และวิเคราะห์ปัญหาได้จากการที่ได้เคยเขียนจดหมาย เพื่อระบาย ความรู้สึกในใจของตนเองหลังจากายเสียชีวิตไปแล้วเป็นเวลา 6 เดือน ในโอกาสนี้จึงขอแนะนำจดหมายที่เคยเขียนถึงคุณยาย มาเล่าเพื่อแบ่งปัน ประสบการณ์ให้ผู้อื่นได้ทราบถึงปัญหาของผู้ดูแลในระหว่างที่ดูแลผู้ป่วย และ ความรู้สึกภายหลังการสูญเสีย

26 กุมภาพันธ์ 2556 เวลา 22.00 น. กราบเท้ายายฟ้าของหนู ณ เวลานั้น

ที่หนูได้เขียนจดหมายถึงยาย ยายได้จากหนูไปแล้วเป็นเวลา 6 เดือน 7 วัน หนูรู้ว่าถ้ายายรู้ว่าหนูเขียนจดหมายถึงยาย ยายคงบอกว่า "ยายอ่านไม่ออกหรอกลูก เพราะยายไม่ได้เรียนหนังสือ" แต่สิ่งที่หนูรับรู้ตลอดแม้ยายอ่านหนังสือไม่ออก คือยายเป็นผู้หญิงที่เก่ง เลี้ยงลูกให้เป็นคนดีได้ถึง 9 คน แม่บอกยายดีมาก แต่สำหรับหนู ยายคือคนที่ใจดี รักและห่วงหนูกับน้องเสมอ โดยเฉพาะในยามเจ็บป่วย หนูตั้งปณิธานในใจว่าโตขึ้นหนูจะดูแลยายเอง และสิ่งนั้นก็เป็ความจริงเมื่อหนูเรียนจบพยาบาล หนูอยากบอกว่ายายคือผู้ที่อยู่ในช่วงชีวิตของหนูทั้งในเวลาที่ดีและทุกข์ใจ คนที่คอยรับฟังและปลอบใจหนูคือยายนะ หนูภูมิใจที่ได้ทำตามที่เคยบอกยายไว้ว่า "ถ้าโตขึ้นหนูจะเลี้ยงยายเอง" สิ่งหนึ่งที่หนูอยากบอกยาย คือ ช่วงที่ยายป่วยบ่อย กินข้าวได้น้อยไม่ค่อยมีแรงต้องไปหาหมอบ่อยครั้ง ทุกครั้งที่ไปหาหมอกับยายหนูรู้ว่ายายจะสบายใจเสมอที่มีหนูอยู่ด้วย ระยะเวลาหลังๆ ที่ยายป่วยบ่อย กินได้น้อยจนเกลือแร่ในร่างกายต่ำ เดินได้น้อยลง ผู้ที่ดูแลยายตลอดเวลาคือ แม่ เพราะช่วงนั้นหนูทำงานหนักมาก

เดือนเมษายน ยายมีปัญหาปอดอักเสบต้องใส่ท่อช่วยหายใจและนอน ICU หนูไม่รู้ว่าการป่วยครั้งนี้ยายจะหายกลับไปเป็นปกติและกลับไปอยู่บ้านกับหนูได้อีกไหม รู้แต่ว่ายายคงกลัวการอยู่คนเดียวในห้อง ICU. เมื่อหมดเวลาเยี่ยมและพวกเราต้องกลับ ยายมักหน้านิ่วและชี้ท่อช่วยหายใจในปาก หนูได้แต่เพียงบอกว่ารอให้ยายอาการดีขึ้นหมอมจะเอาท่อออกให้ และให้ยายนึกถึงพระ ก่อนนอนให้ภาวนา "พุท-โธ" ยายพยักหน้ารับเสมอ แต่ในใจอยากบอกว่า หนูกังวลว่าจะเป็นอย่างไรต่อ ยายจะถูกเจาะคอไหม หนูต้องทำให้

เหตุการณ์ต่างๆ ปกติเพื่อเป็นกำลังใจให้แม่และยาย โชคดีที่อาการเจ็บป่วยครั้งนี้ของยายสามารถเอาท่อช่วยหายใจออกและกลับบ้านได้

หลังจากที่ยายกลับมาอยู่บ้าน ยายเริ่มมีอาการสับสนและเป็นมากขึ้นเรื่อยๆ โดยมีแม่เป็นผู้ดูแลยายตลอด 24 ชั่วโมงเพียงคนเดียว แม่ดูซบเซมและโทมรมาก หนูอยากบอกว่าความรู้สึกของหนูตอนนั้นหนูสงสารแม่ที่เหนื่อยจากการดูแลยาย สงสารยายที่บางครั้งก็สับสนจนพูดไม่ค่อยรู้เรื่อง ช่วงนั้นภาระค่าใช้จ่ายที่เกี่ยวกับยายหนูรับผิดชอบทั้งหมด อยากบอกหนูเต็มใจที่สุด หนูพยายามทำงานพิเศษหาเงินและแลกเวรเพื่อมาดูแลยายให้แม่ได้พักจากสิ่งเหล่านี้บางครั้งหนูเครียดจนร้องไห้คนเดียว ทุกคืนที่ยายสับสนเรียกหาแม่ จนต้องให้ยายกินยาเพื่อพักผ่อนได้ ช่วงนั้นหนูเกิดความสับสนในใจอย่างบอกไม่ถูกบางครั้งหงุดหงิดยายและสงสารแม่มาก แต่ความตั้งใจในการดูแลและจะทำหน้าที่ดูแลยายให้ดีที่สุดไม่ได้ลดลง

วันที่ 15 สิงหาคม 2555 ยายป่วยหนักเข้ารับการรักษาในโรงพยาบาล และได้รับการใส่ท่อช่วยหายใจอีก อาการของยายแยลงเรื่อยๆ จนกระทั่งเวลาตีหนึ่ง ของวันที่ 19 สิงหาคม 2555 หนูได้รับโทรศัพท์จากน้าว่ายายเสียชีวิตอย่างสงบ หลังจากนั้นหนูงงและนอนไม่หลับเลย หนูลางานมางานศพของยายตลอดงานทำบุญ แม่คือคนที่แอบร้องไห้เสมอ ทำให้หนูต้องเข้มแข็งไม่ร้องไห้จนเสร็จสิ้นงานศพ แต่หลังจากนั้นหนูรู้สึกเหงาอย่างบอกไม่ถูก จนกระทั่งวันหนึ่งหนูได้มีโอกาสอ่านหนังสือ “อาการสับสนในผู้ป่วยระยะท้าย” หนูน้าตาไหลออกมาเสียใจอย่างบอกไม่ถูก หนูอยากบอกยายว่า หนูขอโทษที่ตอนนั้นหนูไม่เข้าใจและเคยหงุดหงิดยาย อยากบอกว่าที่ผ่านมาหนูได้เรียนรู้และเข้าใจ

ปัญหาการดูแลผู้ป่วยจากการที่หนูได้มีโอกาสดูแลยาย หนูดีใจที่ได้เกิดเป็นหลานยายและภูมิใจที่ได้ทำตามที่เคยบอกกับยายไว้เมื่อตอนเป็นเด็กว่า “โตขึ้นหนูจะเลี้ยงยายเอง” และหนูก็ได้ทำแบบนั้นจริงๆ สิ่งที่หนูหวังคือยายจะเข้าใจและให้อภัยกับหลานคนนี้อาจทำผิดพลาดไปในขณะที่ดูแลยาย อยากบอกว่าบางครั้งที่ยายรู้สติแล้วถามว่า “หนุยังรักยายอยู่ไหม” หนูตอบว่า “หนูรักยายเสมอและยายยังอยู่ในความทรงจำจนถึงวันนี้”

หนูขอนำจดหมายที่เขียนระบายความรู้สึกที่มีตลอดการดูแลยาย แบ่งปันเป็นประสบการณ์ปัญหาที่ทุกคนรอบรั้วที่ดูแลผู้ป่วยอาจมี ทั้งเรื่องการขาดความรู้และเข้าใจในการดูแลผู้ป่วย ภาวะเครียด ความเหนื่อยล้า ปัญหาเศรษฐกิจและอื่นๆ ที่อาจต้องเจอ ปัญหาเหล่านี้หากเกิดในครอบครัวใด ขอให้พูดคุยเพื่อระบายความเครียด แบ่งปันและช่วยเหลือกัน ทำให้บรรยากาศในการดูแลผู้ป่วยเป็นไปในทางที่ดี เก็บเป็นความทรงจำที่ดีก่อนการจากกันของผู้ป่วยและคนในครอบครัว หนูจึงขอนำเรื่องราวนี้มาเผยแพร่เพื่อเป็นวิทยาทานและเป็นบุญกุศลให้แก่ยาย “หนูรักยายนะ”





ความทรงจำ  
ครั้งสุดท้าย

นศ.พต.เมธนิยา เรือนทิพย์

วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ

โรงพยาบาลตำรวจ สำนักงานตำรวจแห่งชาติ



“

ใครหลายๆ คนบนโลกใบนี้ต่างคนก็ต่างมีความทรงจำแตกต่างกันไป ไม่ว่าจะดีหรือร้าย ก็อยู่ที่เราว่าจะเลือกเก็บไว้หรือปล่อยให้หายไปตามกาลเวลา สำหรับฉันสิ่งที่เคยเกิดขึ้นในชีวิตครั้งนี้คงจะเป็นความทรงจำที่ไม่มีวันลืมได้เลย

เมื่อย้อนเวลากลับไปในวัยเด็กของฉัน คุณยายจะชอบเล่านิทานให้ฉันฟังทุกคืนและหลับไปในอ้อมกอดของยายในทุกครั้ง ทำให้ฉันรู้สึกปลอดภัยและอบอุ่นเป็นอย่างมาก ยายของฉันมีโรคประจำตัวมาหลายปีตั้งแต่ฉันยังไม่เกิดคือ โรคความดันโลหิตสูง ฉันเห็นยายมีร่างกายแข็งแรงมาโดยตลอด เพิ่งรู้ว่ายายเป็นโรคความดันโลหิตสูงเมื่อเรียนชั้นประถมศึกษา ช่วงเวลานั้นฉันก็ไม่ได้คิดอะไร ฉันเห็นพ่อกับแม่คอยดูแลยาย พายายไปหาหมอที่โรงพยาบาลใกล้บ้านตามที่หมอนัด เวลายายรับประทานยา ฉันก็ชอบมานั่งกับยายด้วย ฉันจะคอยเอาน้ำให้ยายดื่มหลังรับประทานยาเสร็จ และเรียกแทนตัวเองว่าเป็นพยาบาลผู้ใจดี ประหนึ่งว่ากำลังดูแลคนไข้อยู่นั่นเอง ยายก็จะยิ้มตามและบอกกับฉันว่า “ให้ตั้งใจเรียน โตขึ้นจะได้เรียนเป็นพยาบาล มาดูแลยาย” และยายก็ยิ้มให้ฉัน แววตาของยายที่มองฉันเหมือนเต็มไปด้วยความคาดหวัง

ฉันชอบเวลาที่เห็นรอยยิ้มของยาย มันทำให้รู้สึกมีความสุขทุกครั้ง อะไรที่สามารถทำให้ยายยิ้มและมีความสุข ฉันก็เต็มใจที่จะทำ แม้สิ่งที่ฉันทำให้ยายจะเป็นเพียงสิ่งเล็กๆ น้อยๆ

เวลาต่อมายายของฉันก็เริ่มป่วยบ่อย เหนื่อยง่าย ร่างกายไม่แข็งแรง เหมือนแต่ก่อน แต่ยายก็ยังช่วยเหลือตนเองได้อยู่ พ่อกับแม่พายายไปหาหมอ เข้าออกโรงพยาบาลบ่อยมาก ฉันเริ่มรู้สึกไม่ดีเป็นห่วงยายเหลือเกิน ยายชอบบอกกับฉันว่ายายไม่เป็นอะไรมาก ยายแค่เหนื่อยเฉยๆ ไม่ต้องเป็นห่วง ยายแก่แล้วก็เลยเป็นแบบนี้ ให้ฉันตั้งใจเรียนเป็นเด็กดี ถ้าวันไหนที่ยายไม่อยู่แล้ว ต้องอยู่ให้ได้ด้วยตัวเอง

จนวันที่ยายของฉันอายุได้ 81 ปี ยายเริ่มช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ ในบางอย่าง เช่น ลุกเดินเองไม่ไหวต้องมีคนช่วยพยุง ยายไม่สามารถอาบน้ำ และเข้าห้องน้ำเองได้ ต้องใส่ผ้าอ้อมสำเร็จรูป เวลาเปลี่ยนผ้าอ้อมสำเร็จรูป เพื่อป้องกันแผลกดทับ ฉันจะทาวาสลีนให้ยายก่อนทุกครั้ง ในวันที่ฉันเซ็ดตัวให้ยาย ฉันก็จะให้ยายเซ็ดตัวด้านหน้าเอง แล้วให้กำลังใจว่า ยายเก่งมาก ที่สามารถเซ็ดตัวเองได้ ฉันกับแม่ก็จะปรบมือให้ยาย ฉันดีใจที่เห็นยายยิ้มได้ ยายสามารถลุกนั่งรับประทานอาหารได้เอง ฉันก็จะอยู่เป็นเพื่อนยายเวลา รับประทานอาหาร ยายรับประทานได้น้อย บางทีก็ไม่อยากรับประทานอะไรเลย แม้ว่าอาหารในมือนั้นจะเป็นสิ่งที่ยายชอบ ฉันจะคอยบีบขวดให้ยายได้ ผ่อนคลายตามแขนขา เมื่อฉันเห็นยายเป็นแบบนี้ ลุกเดินหรือทำอะไรไม่ได้ด้วยตัวเองเหมือนแต่ก่อนที่เคยแข็งแรง ฉันก็พยายามพูดคุยอยู่เป็นเพื่อน อ่านหนังสือและเล่าเรื่องต่างๆ ให้ยายฟังเพื่อที่ยายจะได้ไม่เครียด ไม่กังวล

จัดสิ่งแวดล้อมรอบๆ ตัวยายให้ดูสงบและสะอาดที่สุด

แม่บอกกับฉันก่อนหน้านี้นอกจากโรคความดันโลหิตสูง ยายมีโรคอื่นแทรกซ้อนคือโรคไตวายเรื้อรังระยะสุดท้ายและยังมีหัวใจโตอีกด้วย หมอได้คุยเรื่องที่จะทำการฟอกไต โดยทำผ่าตัดล้างไตที่หน้าท้อง แต่คนไข้อายุมากแล้วอาจจะเสี่ยงในการผ่าตัดแล้วคนไข้ไม่ฟื้น แม่ก็เลยลองคุยกับยายโดยที่มีหมอเจ้าของไข้อยู่ด้วย ยายปฏิเสธการรักษาที่จะล้างไตทางหน้าท้อง ส่วนหัวใจโตที่ตรวจพบนั้นหมอที่โรงพยาบาลประจำอำเภอบอกว่าทำการจองคิวส่งตัวยายไปตรวจเพิ่มเติมที่โรงพยาบาลประจำจังหวัด ครั้งแรกที่ฉันได้ยินที่แม่บอกในวันนั้น ฉันร้องไห้ทันที ฉันคิดว่าถ้าเป็นโรคไตเรื้อรังระยะสุดท้ายแล้ว ยังไงก็รักษาไม่หาย ก็ได้แค่ประคับประคองอาการไปในแต่ละวันเท่านั้น วันหนึ่งยายก็ต้องจากฉันกับครอบครัวไปไม่เร็วก็ช้า ฉันเริ่มทำใจตั้งแต่นั้นมาและอยากทำให้ยายมีความสุขที่สุดในเวลานี้

อาการของยายเริ่มแยกว่าทุกครั้งที่ผ่านมา ยายรับประทานอาหารไม่ได้เลย พูดคุยกับใครก็ไม่ได้ ฉันเห็นน้ำตาของยายไหลออกจากหางตา ฉันเอาผ้าชุบน้ำมาเช็ดหน้าและเช็ดตัวให้ยาย เริ่มใจคอไม่ดีรู้สึกหดหู่ในใจอย่างบอกไม่ถูกที่ต้องทนเห็นยายเป็นแบบนี้ ฉันอยากให้ยายกลับมามีร่างกายแข็งแรงเหมือนเดิม อยากเห็นรอยยิ้มของยายอีกครั้ง สักครั้งหนึ่งก็ยังมี แต่ดูเหมือนจะไม่มีโอกาสนั้นอีกแล้ว เพราะครั้งนี้ยายของฉันอาการหนักแล้วจริงๆ พอตกเย็นพระอาทิตย์เริ่มคล้อยต่ำ ฉันแหงนมองบนท้องฟ้าไม่สดใสเหมือนเดิมเลย อากาศอึมครึมหม่นหมอง น้ำตาค้นคลอมาตั้งแต่เช้าเพราะในหัวนึกถึงยายอยู่ตลอดเวลา ประมาณ 19.10 น. แม่เรียกฉันมานั่งใกล้ๆ ยาย ให้ฉันบอก

กับยายว่า ไม่ต้องห่วงฉันแล้ว ขอให้ยายเดินทางไปเจอสิ่งดี ๆ ไม่ต้องเจ็บปวด  
อีกแล้ว ถึงแม้ว่าในหัวของฉันตอนนั้นทราบดีว่า ต่อให้ยังไงยายก็ไม่ไหว  
ฉันคงไม่ได้สัมผัสอ้อมกอดของยายอีกแล้ว ไม่มีโอกาสได้เจออีกแล้วกับคนๆ นี้  
แต่ในใจของฉันนั้นก็ยังมีแต่คำภาวนาขอให้พระคุ้มครองขอให้ยายได้ลุกขึ้นมาอยู่  
กับฉันไปอีกนานกว่านี้ได้ไหม ในความคิดมีแต่คำอ่อนวอน แต่สุดท้าย  
ปาฏิหาริย์ก็ไม่มีจริง จนสุดท้ายในใจฉันก็ยอมแพ้ ฉันพูดเบาๆ ข้างหูของยาย  
อีกครั้งว่า “ถ้ายายไม่ไหวแล้วในวันนี้ หนูขอให้ยายไปอย่างสงบ หนูจะตั้งใจ  
เรียนและสอบเข้าเรียนพยาบาลให้ได้นะคะ” และแล้วเวลาแห่งการจากลา  
ก็มาถึง ในเวลา 19.28 น. ยายของฉันก็จากไปอย่างสงบโดยที่ยายไม่ได้จากไป  
อย่างโดดเดี่ยว เพราะมีลูกหลานมาอยู่ด้วยกับยายจนถึงวินาทีสุดท้าย ยายอยู่  
มาได้เท่านี้ ยายก็ใจสู้และเข้มแข็งมากแล้ว

ความทรงจำครั้งสุดท้ายตั้งแต่วันที่ยายจากไป ฉันเก็บความรู้สึก  
ความรัก ความห่วงใยที่ยายเคยมีให้กับฉันมาจนถึงทุกวันนี้ สิ่งดีๆ ระหว่างฉัน  
กับยายไม่เคยหายไปจากใจของฉันเลยสักวัน ฉันยังคิดว่ายายยังอยู่ข้างๆ  
ฉันตลอดเวลา ในวันนี้ถึงแม้ว่ายายจะไม่ได้อยู่กับฉันแล้ว ฉันก็ยังหวังว่า  
ยายคงจะมองลงมาจากบนฟ้า ภูมิใจที่ฉันได้เรียนพยาบาลอย่างที่ยายหวังไว้  
ฉันได้แต่นึกถึงรอยยิ้มของยาย ในบางช่วงเวลา ถึงฉันเรียนหนักหรือเหนื่อย  
แค่ไหน มันก็ทำให้ฉันเข้มแข็งมีความสุขในทุกครั้ง เวลาขึ้นนอร์ดไปดูแลคนไข้  
ผู้สูงอายุ ยิ่งทำให้ฉันคิดถึงยายมาก สุดท้ายนี้ฉันอยากบอกกับยายว่า “หนูจะ  
ทำหน้าที่ของหนูให้ดีที่สุด เมื่อเรียนจบไปหนูจะเป็นพยาบาลที่ดี” บทเรียน  
ที่ได้หลังจากการจากไปของคุณยายคือ วันพรุ่งนี้อาจจะไม่มีอยู่จริง เพราะอะไร

ก็เกิดขึ้นได้ทั้งนั้น แม้จะเป็นช่วงเวลาสั้นๆ แต่อย่างน้อย ในชีวิตหนึ่งของฉัน  
ก็ได้ทำอะไรดีๆ เพื่อยาย ฉะนั้นเมื่อเราอยากทำอะไรให้รีบทำก่อนที่จะไม่มี  
โอกาสได้ทำ





เพราะมีเธอในวันนั้น  
จึงมีฉันในวันนี้

กมลชนก ชาวขัด

งานการพยาบาลผู้ป่วยพิเศษ

ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช

“

หลังจากที่เรียนจบได้ไม่นาน ไม่กี่เดือน ฉันซึ่งไม่ค่อยเจอผู้ป่วยแบบ  
ประคับประคองมากนัก ประสบการณ์ในการดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง  
ก็แทบจะเป็นศูนย์ แต่แล้วฉันก็มีผู้ป่วยคนหนึ่งโดยไม่คาดคิด ผู้ป่วยคนที่จะเป็น  
ครูของฉัน และอยู่ในใจฉันตลอดไป

ในวันหนึ่งเป็นช่วงพักรับประทานอาหารกลางวันของพยาบาลเวรเช้า  
มีโทรศัพท์มาจากทางบ้านของฉัน แม่บอกว่าคุณตาผู้เป็นที่รักยิ่งของฉันเป็น  
มะเร็งปอด ซึ่งอาการของตาเป็นช่วงระยะท้ายๆ แล้ว และจะต้องรักษาต่อไป  
ด้วยการให้เคมีบำบัด ฉันอึ้งไปตอนนั้นรู้สึกว่โลกทั้งใบดับวูบ คำพูดของแม่  
ที่บอกว่า “ตาเป็นมะเร็ง” ตั้งอยู่ในหัวและรู้สึกเหมือนมีมดมาบาดหัวใจของฉัน  
ในตอนนั้นฉันอยากร้องไห้ ร้องไห้ดังๆ เท่าที่จะร้องได้ แต่อีกวินาทีถัดมา  
ความคิดอีกอย่างหนึ่งก็พุ่งขึ้น แล้วตาล่ะ ตารู้สึกยังไง ขนาดฉันเป็นพยาบาล  
ฉันเจอคนไข้มาประมาณหนึ่ง ความรู้สึกฉันยังขนาดนี้ แล้วตาล่ะ ตาเป็นยังไง  
ฉันจึงบอกแม่ขอคุยกับตา น้ำเสียงตาบอกว่าอยากอยู่กับฉันกับยาย และ  
กับทุกคนไปนานๆ ฉันจึงบอกตาว่า มะเร็งก็เหมือนโรคเรื้อรัง เหมือนเบาหวาน

ความดัน เหมือนโรคเรื้อรังต่างๆ อาจจะรักษาไม่หาย แต่เราสามารถอยู่กับมัน และเราสามารถมีความสุขได้ หนูเป็นพยาบาลหนูรับได้ทุกอย่าง มีอะไร หนูอยากให้ตาบอกหนูนะ เราจะสู้ไปด้วยกันนะตา น้ำเสียงของตาเหมือนตาร้องให้แต่พยายามไม่ให้ฉันรู้ ในเสียงนั้นฉันรู้สึกว่ามีรอยยิ้มซ่อนอยู่ เรื่องแบบนี้พอมาเจอกับตัวเองแล้วมันไม่ง่ายเลย วินาทีแรกที่ทุกคนรู้คือ ทุกคนร้องให้ ทุกคนเศร้า จากนั้นทุกคนเงียบ...

บ้านของฉันอยู่ต่างจังหวัดค่อนข้างไกลจากกรุงเทพซึ่งเป็นสถานที่ที่ฉันทำงานอยู่ และด้วยภาระหน้าที่ความรับผิดชอบ ฉันไม่สามารถพาตาไปรับเคมีบำบัดได้ทุกครั้ง มีไปได้บ้างเมื่อลาหยุดพักร้อนหรือแลกรเวรหยุดแล้ว กลับบ้าน พอกลับมาทำงานก็ใช้การคุยทางโทรศัพท์และวิดีโอคอลให้กำลังใจถามเรื่องทั่วไปๆ ไป ถามอาการ สอนวิธีการหายใจเมื่อเหนื่อย ถามสิ่งที่ตาอยากทำซึ่งฉันรู้สึกเหมือนมีบางอย่างที่ตาไม่ได้บอกฉัน หรือว่าฉันรู้สึกไปเอง

หลังจากที่ตาได้รับเคมีบำบัดอาการของตาดีขึ้นในช่วงสามเดือนแรก แต่หลังจากนั้นอาการของตาทรุดลงเร็วมาก ตาเหนื่อยขึ้นมาก ผอมลง ปวดเยาะขึ้น ไม่สามารถนอนท่าเดิมได้นานๆ เบื่ออาหาร แต่ตาพยายามรับประทานให้ได้มากที่สุดเพราะตาไม่อยากจะให้ทุกคนเสียกำลังใจ ตาบอกว่าตาารู้ว่าตาสู้เพราะอะไร และเพราะใคร และมีสิ่งหนึ่งที่ทำให้ตายิ้มได้ทุกวัน คือตามียายที่คอยดูแลตาอยู่ข้างๆ ตัวติดกันเหมือนกับปาหึงงู อยู่ด้วยกันตั้งแต่ตื่นนอนไปจนถึงนอนหลับ ฉันเคยถามตาถึงสิ่งที่ตาอยากทำหรือยังกังวลอยู่ ตาเป็นห่วงยายมาก เรื่องนี้ตามักพูดอยู่เสมอ และสิ่งที่ฉันสงสัยมานานซึ่งตาไม่เคยบอกกับฉันคือตาอยากไปงานพระราชทานปริญญาบัตรของฉัน



ก่อนหน้าที่ตาจะทราบว่าตัวเองเป็นมะเร็งระยะสุดท้าย ตาตั้งใจจะไปงานรับพระราชทานปริญญาบัตรของฉันที่ศาลาฯ ตาพยายามเก็บเงินจากการทำงานรับจ้างเพื่อที่จะไปงานพระราชทานปริญญาบัตรของฉันและชื่อของขวัญให้ฉัน สิ่งนี้เป็นสิ่งหนึ่งที่ตารอมาทั้งชีวิต ตาไม่เคยบอกเรื่องนี้กับฉัน แต่ในที่สุดตาบอกฉันว่า “ขอโทษนะตาไม่สามารถไปงานรับปริญญาได้” ตาเหนื่อย แล้วตาก็ร้องไห้ วินาทีนั้นเป็นวินาทีที่บีบหัวใจฉันอีกครั้ง ฉันได้แต่บอกตาว่าไม่เป็นไร เต็มใจเราจะยกงานรับปริญญามาไว้ที่บ้าน ซึ่งเมื่อรับพระราชทานปริญญาบัตรเสร็จ ฉัน พ่อและแม่จึงกลับบ้านต่างจังหวัด ไปถ่ายรูปกับตาและยายที่บ้าน จัดสถานที่เล็กๆ สำหรับถ่ายรูปหมู่ ฉันยังจำรอยยิ้มที่แสนมีความสุขของตาในวันนั้นได้จนถึงทุกวันนี้ ตายิ้มไม่หุบ และเพราะตาพอมลงมากทำให้รู้ว่า ตายิ้มจนหน้าบานขนาดไหน และร้องไห้ด้วยความปลื้มปริ่มใจ ตาดูจะเป็นคนที่มีความสุขมากที่สุดในวันนั้น และตาไม่ต้องแอบร้องไห้เพราะเรื่องนี้แล้ว ฉันคิดในใจ

แต่เวลาแห่งการมีความสุขมักจะผ่านพ้นไปโดยเร็วเสมอ ในวันที่ไม่มีใครอยากให้มาถึงหลังจากที่ฉันกลับมาทำงานที่กรุงเทพแล้ว มีโทรศัพท์โทรมาจากบ้าน เสียงทุกคนไม่ค่อยสดชื่นเท่าไรหรอก ตอนนั้นเป็นช่วงกลางคืน ตาเหนื่อยขึ้นกว่าเดิมมาก ไม่รู้สึกตัว ฉันเชื่อว่าตาไม่สามารถตอบสนองได้ แต่ตาสามารถรับรู้ได้ ตาได้ฟังธรรมะที่ตาชอบ และมียายที่พร่ำบอกว่าไม่ต้องเป็นห่วงฉันนะ มีคนที่ตารักทุกๆ คนอยู่ข้างๆ ทุกคนบอกตาถึงสิ่งดีดีที่ตาเคยทำและสิ่งที่ตาภูมิใจในชีวิต ส่วนฉันได้แต่บอกตาผ่านวิดีโอคอลว่า พวกเราจะดูแลยายอย่างดีที่สุดตาไม่ต้องห่วง เพราะมีตาในวันนั้น จึงทำให้ฉันมีวันนี้ตอนนี้ฉันเรียน

จบเป็นพยาบาลแล้ว จะตั้งใจเป็นพยาบาลที่ดี จะดูแลยาย พ่อและแม่ให้ดีที่สุด หลังจากวางสายวีดีโอคอลไปในตอนดึกเพราะวันต่อมามีงานต้องขึ้นเวรเช้า และในตอนเช้าของเวรเช้านั้นแม่ได้โทรมาบอกตาได้จากไปอย่างสงบไม่มีอะไรที่ตาทักงวล ตาไม่ทรมานอีกแล้ว...หัวใจของฉันท้องไห้อย่างไม่เคยร้องไห้มาก่อนหน้าที่และความรับผิดชอบของฉันทก็ยังมีอยู่ และยังคงต้องดำเนินต่อไป จากนั้นช่วงเย็นฉันทจึงลากลับบ้าน

ทุกอย่างในคืนนั้น ฉันทกับทุกๆ คนในบ้านเราได้พูดคุยกันมาระยะหนึ่งแล้ว เมื่อเหตุการณ์นั้นมาถึง ทุกคนสามารถเผชิญสถานการณ์นั้นได้ องค์ประกอบในวันนั้นจึงขาดเพียงฉันทคนเดียว แต่ฉันทก็ภูมิใจที่ฉันทได้ทำหน้าที่ของฉันทอย่างดีที่สุดแล้ว ลึกๆ ฉันทก็เสียใจที่ฉันทไม่สามารถอยู่ใกล้ๆ ตา ในครั้งสุดท้ายที่ฉันทจะได้เห็นตาขณะมีชีวิต แต่ฉันทคิดว่าถ้าตายังสื่อสารบอกฉันทได้ ตาจะต้องบอกให้ฉันทรับผิดชอบในหน้าที่ที่ฉันทได้รับอย่างดีที่สุดก่อน ฉันทรู้จักตาดี ตาเป็นทั้งตา เป็นเพื่อน เป็นพ่อ และเป็นทั้งครู และแรงบันดาลใจของฉันทในการดูแลผู้ป่วยคนต่อๆ ไป

หลังจากที่ตาจากไป คนที่ทุกคนเป็นห่วงที่สุดคือ ยาย เพราะยายมักจะติดกับตาเหมือนปาห่องโก๋ ช่วงแรกๆ ยายร้องไห้เยอะมาก ทุกคนและฉันทเอง ต้องคอยรับฟังและให้กำลังใจยาย พาไปวัดทำบุญอุทิศส่วนกุศลให้ตาเป็นช่วงๆ มาถึงวันนี้ยายบอกฉันทว่า จะไม่ร้องไห้บ่อยแล้ว ไม่อยากให้ตาเป็นห่วง ตาไม่ต้องทรมานแล้ว ทุกคนยังคิดถึงตาสุดหัวใจเหมือนเดิม มีตาอยู่ในความทรงจำ ตาไม่เคยหายไปไหน เพราะมีตาในวันนั้น จึงมีฉันทในวันนี้ ยังคงคิดถึงเสมอและคิดถึงสุดหัวใจ





จากใจ...  
มดตะนง ?

สุดใจ จิตตยานนท์

งานอายุรกรรมเฉพาะทางคลินิกโรคเลือดและมะเร็ง

กลุ่มงานการพยาบาลผู้ป่วยนอก

สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี

“

หลายท่านคงสงสัยว่ามดตะเนงมันเป็นมดพันธุ์ไหน มีหน้าตาเป็นอย่างไร ตอนนี้อาจให้ทุกๆท่านที่สงสัยลองนึกวาดจินตนาการกันไปก่อน นะคะ ว่าตัวมดตะเนงมันเป็นอย่างไร มีคุณสมบัติพิเศษอย่างไร ตามมาค่ะ ดิฉันจะเล่าให้ฟัง

เมื่อนึกถึงคำว่า “ มดตะเนง ” ทำให้ดิฉันอดคิดถึงและนึกถึงเด็กชายวัย 13 ปี รูปร่างผอมแกรน ผิวคล้ำ ใบหน้ายิ้มแย้ม อารมณ์ดีตลอด พูดเสียงแห่อๆ สำเนียงสุพรรณไม่เคยลืม ถึงแม้เรื่องราวจะผ่านมา 3 - 4 ปี แล้วก็ตามน้องตั้มเป็นผู้ป่วยมะเร็งเม็ดเลือดขาว รักษาที่สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี มาตั้งแต่ มิถุนายน 2550 จนถึงครั้งล่าสุด มีนาคม 2559 ซึ่งการวินิจฉัยโรคครั้งนี้คือ มะเร็งเม็ดเลือดชนิดกลับเป็นซ้ำ มีการลุกลามเข้าไปในกระดูก ครั้งแรกน้องตั้มมาฉีดยาเคมีที่คลินิก น้องตั้ม ถามดิฉันว่า “ฉีดยาเจ็บมากไหมครับป้า” ดิฉันบอกกับน้องตั้มไปว่า “เจ็บไม่มากหรอก ถ้าอยู่นิ่งๆ เจ็บนิดเดียว เหมือนมดแดงกัด” หลังจากนั้น น้องตั้มได้มาฉีดยาครั้งต่อมา ได้บอกและพูดกับดิฉันว่า “ป้าๆ ฉีดยาเจ็บนิดเดียวเหมือนมดตะเนงกัด”

ดิฉันแปลกใจและอดสงสัยไม่ได้ว่า มดตะนอยเป็นอย่างไร จึงถามน้องตั้มว่า “มดตะนอยมันเป็นอย่างไร ป้าไม่เคยเห็น” คำตอบของน้องตั้มทำให้ดิฉันอดขำไม่ได้ เขาบอกว่า “มดแดงมันกัดเจ็บนิดเดียว ส่วนมดตะนอยมันตัวใหญ่กว่ากัดเจ็บกว่า ส่วนมดตะนอยมันตัวใหญ่สุด มันจะกัดเจ็บมากกว่าเพื่อน” ดิฉันยิ้มและคิดในใจว่า เด็กคนนี้ช่างจินตนาการและเปรียบเทียบดี มดตะนอยก็คือ มดตะนอย+มดแดง ซึ่งเมื่อถูกมดตะนอยกัด มันจะเจ็บเหมือนถูกทั้งมดแดงและมดตะนอยกัดพร้อมกันทีเดียวในความคิดของเขา

หลังจากนั้นมาเวลาเด็กๆ มาฉีดยา ดิฉันจะเล่นมุกตลกๆ บอกว่า “ฉีดยาเจ็บนิดเดียว เหมือนมดตะนอยกัด” แล้วถามเด็กๆ ว่ารู้จักมดตะนอยไหม เด็กๆ จะทำหน้างงๆ และส่ายหน้าว่าไม่รู้จัก ดิฉันก็จะอธิบายว่า มดตะนอยมันตัวใหญ่ มันจะกัดเจ็บกว่ามดแดงและมดตะนอยนิดหน่อย ซึ่งการพูดคุยกับผู้ป่วยเด็กที่มาฉีดยาเคมีด้วยวิธีนี้เป็นวิธีที่เบี่ยงเบนความสนใจที่ได้ผลดี ซึ่งเด็กให้ความร่วมมือในการฉีดยาดี เพราะคิดตามว่ามดตะนอย มีลักษณะเช่นไร

สงสัยไหมคะ เรื่องของน้องตั้ม การรักษาจะจบลงอย่างไร สำหรับดิฉัน การได้ดูแลเด็กคนหนึ่งซึ่งได้รับการรักษามายาวนาน 8 - 9 ปี เป็นความภาคภูมิใจและยังตราตรึงอยู่ในใจและความทรงจำมาตลอด ดิฉันและน้องๆ เจ้าหน้าที่ที่คลินิกได้เป็นส่วนหนึ่งในการดูแลช่วยเหลือน้องตั้มในวาระสุดท้ายของชีวิต

วันนั้นเวลา 14.30 น. มีเสียงประกาศสัมพันธ์ตามสายว่า ขอความช่วยเหลือใครมีเลือด กรุ๊ป AB ช่วยบริจาคเลือดได้ที่ธนาคารเลือด มีผู้ป่วย

ที่ ICU เด็ก ต้องการเลือดกรุ๊ปนี้ เพราะทางสภากาชาดไม่มีเลือดกรุ๊ปนี้ให้ ดิฉันและน้องๆ เจ้าหน้าที่ได้ทราบข่าวจากแพทย์โรคเลือดว่า ผู้ป่วยนั้นคือ น้องตั้ม น้องตั้มอาการไม่ดีมีภาวะช็อกมีเลือดออกทุกระบบ ต้องการได้เลือด กรุ๊ปนี้อย่างเร่งด่วน ดิฉันชวนน้องๆ เจ้าหน้าที่ ที่มีเลือดกรุ๊ปนี้ให้ไปบริจาคเลือด น้องๆ บางคนกลัวการบริจาคเลือดมาก ไม่เคยบริจาคเลือดมาก่อนเลย แต่ก็ เต็มใจและยินดีไปบริจาคเลือดให้กับน้องตั้ม ดิฉันได้พบคุณพ่อน้องตั้มที่หน้า ธนาคารเลือด คุณพ่อน้องตั้มเมื่อเห็นดิฉัน และน้องๆ เจ้าหน้าที่คลินิก เดินมา บริจาคเลือดก็เดินตรงรี่มาหา พร้อมยกมือไหว้ กล่าวคำขอบคุณทั้งน้ำตาว่า “ขอขอบคุณในน้ำใจที่พี่ๆ มาบริจาคเลือดให้กับลูกชายผม ผมตื่นตันใจ มากครับ” เช้าวันรุ่งขึ้นประมาณ 9.00 น. คุณพ่อน้องตั้มเดินมาแจ้งข่าวกับ ดิฉันว่า “น้องตั้มจากพวกเราไปแล้ว เขาไปสบายแล้ว” เขาขอบคุณดิฉัน ขอบคุณพยาบาล และเจ้าหน้าที่ทุกคนที่ให้การดูแลและช่วยเหลือน้องตั้ม เป็นอย่างดีมาโดยตลอด

ตอนนี้ทุกๆ ท่าน คงได้รู้จักมดตะนังกันเป็นอย่างดีแล้วนะคะ ว่าเป็น มดพันธุ์ไหน มีรูปร่างหน้าตา และคุณสมบัติเป็นอย่างไร สรุปได้ว่า “มด ตะนัง” เป็นมดพันธุ์พิเศษที่อยู่กับผู้ป่วยเด็กคลินิกโรคเลือดที่มาฉีดยาเคมี บำบัดที่สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี ไปอีกนานเท่านาน ขอยกความดี ทั้งหมด จากเรื่องเล่า “จากใจ... มดตะนัง?” อุทิศให้แด่น้องตั้ม ผู้ที่ล่วงลับ



# รูปถ่ายที่ไม่ได้รับ

ณภัทสรณ์ นิสิตสุขเจริญ

วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ

โรงพยาบาลตำรวจ สำนักงานตำรวจแห่งชาติ



“

ความตายเป็นสิ่งที่ไม่มีชีวิตใดบนโลกใบนี้สามารถหลบหนีไปได้ เป็นสิ่งที่ทำให้มนุษย์ทุกคนมีความเท่าเทียมกัน เพราะความตายไม่เลือกเพศ อายุ ฐานะ และไม่มีใครล่วงรู้ว่าความตายจะมาเยือนตนเองตอนไหน ความตายมีหลากหลายรูปแบบ แต่ในปัจจุบันนี้มีความตายรูปแบบหนึ่ง เป็นภัยเงียบในสังคมซ่อนในมุมมืด ค่อยๆ คืบคลานเข้าสู่จิตใจจนยากที่จะไถ่ถอน และค่อยๆ ทำร้ายร่างกายและจิตใจของบุคคลนั้นจนเข้าสู่ความตายอย่างสมบูรณ์

เมื่อ 10 ปีก่อน หนูได้รู้จักกับเพื่อนคนหนึ่งตอนเข้าเรียนต่อในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในความทรงจำเพื่อนของหนูเป็นเด็กผู้หญิงร่างบาง น่ารัก มีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี บนใบหน้าของเธอจะมีรอยยิ้มที่สดใสอยู่เสมอ เพื่อนใหม่ของหนูมีชื่อว่า “เรย์” เพียงไม่นานนัก เราทั้งสองคนก็สนิทสนมกัน แม้ว่าเราจะอยู่คนละห้องเรียนกันก็ตาม เรามักจะใช้เวลาร่วมกันกับเพื่อนคนอื่นๆ หลังเลิกเรียนเสมอ

3 ปีต่อมา วันหนึ่งเวลาพักกลางวัน ขณะที่หนูกำลังนั่งอยู่ภายในห้องเรียน หนูได้ยินเสียงคนมากมาย ฟังไม่ได้ศัพท์ บริเวณหน้าห้องเรียน

ด้วยความสงสัยหนูจึงเดินออกมาหน้าห้อง พบเพื่อนหลายคนยืนจับกลุ่มพูดคุยกัน ก่อนที่หนูจะทันได้ถามใครสักคนว่าเกิดอะไรขึ้น ก็มีเสียงใครบางคนพูดขึ้นมาว่า “เรย์กรีดข้อมือตัวเอง” พร้อมกับคำพูดต่างๆ ที่ตามมาว่า เรียกร้องความสนใจ เป็นบ้าหรือเปล่า และอื่นๆ อีกมากมาย ในวันนั้นหนูเป็นอีกคนหนึ่ง que คิดเหมือนกับคนพวกนั้น เรย์คงจะแค่เรียกร้องความสนใจ หลังจากเหตุการณ์นั้น เรย์กับหนูไม่ได้พูดคุยด้วยกันเหมือนเคย จากการเรียนแผนการเรียนที่ต่างกันในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย คือเรย์เลือกเรียนแผนการเรียนศิลป์ญี่ปุ่นเพื่อตามความฝันที่จะเป็นนักแปลภาษาญี่ปุ่น ส่วนหนู que เลือกเรียนแผนการเรียนวิทย์-คณิต แต่เราต่างกับรู้ความเป็นไปของกันและกันผ่านทางโซเชียลมีเดีย

หนูมีโอกาสดูพบเรย์อีกครั้งในงานเลี้ยงแห่งหนึ่ง สามปีที่ไม่ได้พบกัน เรย์เปลี่ยนแปลงไปมากจากเด็กผู้หญิงร่างบาง กลายเป็นหญิงวัยรุ่นร่างท้วม หากแต่ยังคงมีรอยยิ้มที่สดใสอันเป็นเอกลักษณ์บนใบหน้า ขณะที่หนูนึ้นตะลึงในรูปลักษณ์ที่เปลี่ยนไป เรย์ได้เข้ามาหาหนูและพูดว่า ตกใจใช่ไหมที่เราเปลี่ยนไป หนูจำได้ว่า หนูไม่ได้ตอบอะไรไป เรย์พูดต่อว่า “การกินนี้แหละช่วยบำบัดจิตใจเราได้ดีที่สุด” พร้อมกับเลิกขาแขนเสื้อขึ้น หนูบอกรอยแผลเป็นมากมายบนข้อมือ รอยมากมายชัดเจนบ้างจางบ้าง หนูพูดอะไรไม่ออก เรย์บอกว่า “เห็นรอยพวกนี้ใช่ไหม เราพยายามหลายครั้ง ทำไมเราไม่ตายๆ ไปสักที เราพยายามทำทุกทางแล้ว เราหายจากความรู้สึกนี้ไม่ได้เลย” หนูเอื้อมไปกุมมือเรย์ทั้งสองข้างและพูดว่า “ไม่มีชีวิตของใครที่จะไม่พบอุปสรรคหรือเราเองก็ท้อนะ การเรียนพยาบาลสำหรับเราไม่ง่ายเลย เราต้องปรับตัวมาก

การใช้ชีวิตที่นี้ไม่ง่ายเลย มีทั้งการเรียนที่หนักและระเบียบ เรายังหาความหมายในการเรียนที่นี้ไม่ได้เลย” “แต่ฉันทร์ไม่เป็นซีมิเศร่านะ” เรย์พูดชัดขึ้น รู้ใหม่ว่า “คนที่เป็โรคซีมิเศร่าเขาไม่มีทางรู้ตัวเลยว่าความรู้สึกที่เขาอยากจะตายจะมาตอนไหน มันเหมือนชีวิตที่ไม่มีวันพรุ่งนี้ ฉันทร์ฟังเรานะ” เรย์พูดด้วยน้ำเสียงที่จริงจังและเอามือจับลงบนป่าทั้งสองข้างของหนู “เราไม่รู้ว่าเราจะอยู่ปลอบใจแก่ได้ถึงตอนไหน แต่เราบอกไว้ก่อนเลยว่า ใช้ชีวิตให้มีความสุขแทนเราด้วยนะ จำไว้ไม่มีอะไรที่แก่ทำไม่ได้ แก่ทำได้ทุกเรื่องที่แก่ตั้งใจ มีชีวิตต่อไปแทนเราด้วยนะ” ทำไมพูดแบบนั้น หนูพูดขึ้น เรย์เห็นสีหน้าของหนูไม่ดี จึงยิ้มและพูดว่า “เอาน่ายังไงเรามาถ่ายรูปคู่ด้วยกัน เป็นเพื่อนสนิทกันมานาน ไม่มีรูปคู่ด้วยกันเลย” เรย์หยิบมือถือขึ้นมาถ่ายและพูดว่า “ไว้เราจะส่งรูปให้นะ”

หลังจากนั้นไม่นาน เรย์ได้จากหนูไปโดยที่หนูไม่มีวันที่จะได้รับรูปถ่าย หนูจำความรู้สึกวันนั้นได้ดี หนูเสียใจแต่หนูเกิดความคิดว่า สิ่งที่หนูทำเพื่อเรย์ได้ คือ การใช้ชีวิตให้ดีและมีความสุข วันนี้หนูอยากจะบอกเรย์ว่า หนูมีความสุขและภูมิใจที่ได้เรียนพยาบาล โดยหนูมีความตั้งใจว่า ต่อจากนี้ไม่ว่าจะเป็นคนไข้หรือคนรอบตัวหนู หนูจะใส่ใจและดูแลทั้งร่างกาย และจิตใจแบบองค์รวม (Holistic Care) เพราะถ้ามีจิตใจที่เข้มแข็งจากการเห็นคุณค่าของตนเองโดยได้รับการสนับสนุนจากครอบครัว ทีมสหวิชาชีพและบุคคลใกล้เคียง เพื่อให้ผู้ป่วยได้มีคุณภาพชีวิตที่ดี และสมศักดิ์ศรีที่ควรจะได้รับในฐานะเพื่อนมนุษย์ หนูจึงตัดสินใจถ่ายทอดเรื่องราวนี้ให้ผู้ที่ได้อ่านเรื่องราวตระหนักถึงความรุนแรงของภาวะซีมิเศร่า ว่าเป็นภาวะทางจิตใจที่ไม่ควร

มองข้ามหรือเพิกเฉย โดยทุกคนสามารถทำได้ไม่เพียงแต่เฉพาะบุคลากร  
ทางการแพทย์เท่านั้น

แม้ในวันนี้ร่างของเรย์จะเหลือเพียงเก้าถ่าน หากแต่ทุกความทรงจำ  
มิตรภาพระหว่างเราจะเป็นรูปถ่าย และกำลังใจที่เคยได้รับจากเรย์จะเป็น  
กรอบรูปให้เราก้าวไปข้างหน้าอย่างเข้มแข็ง ประกอบกันเป็นภาพที่สวยงาม  
ปรากฏชัดอยู่ภายในใจของเราตลอดไป เป็นกำลังใจให้เราด้วยนะ...เพื่อนรัก





รางวัลที่ 1  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2562



อ้อมกอด  
ของรอยยิ้ม

ณัฐนันท์พร แสนทวิสุข

วิทยาลัยพยาบาลตำรวจ

โรงพยาบาลตำรวจ สำนักงานตำรวจแห่งชาติ

“

การกอด เป็นการแสดงออกถึงความรู้สึกบางอย่าง และเป็นการแสดงออกถึงความรัก ความห่วงใย ที่บางครั้งไม่สามารถอธิบายออกมาได้ และอ้อมกอดที่แสนจะอบอุ่น คงเป็นอ้อมกอดจากบุคคลที่คุณรักหรือคนในครอบครัว ตลอดจนเพื่อนๆ ของคุณ

สำหรับชีวิตนักศึกษาพยาบาลทุกๆ คน การขึ้นฝึกปฏิบัติการบนหอผู้ป่วยถือว่าเป็นเรื่องธรรมดา แต่สิ่งที่ไม่ธรรมดาสำหรับหนูคือ การที่หนูได้รับมอบหมายกรณีศึกษาเป็นคุณป้าวัย 40 ปี ที่ป่วยเป็นทั้งโรคไต โรคเบาหวาน และโรคความดัน หน้าซ้ำตาทั้งสองข้างของคุณป้ายังมีม้ามองอะไรไม่ค่อยเห็น และที่น่าเศร้าใจที่สุดก็คือ คุณป้าถูกตัดขาข้างซ้ายจนถึงหัวเข่า

ตลอดระยะเวลาหนึ่งสัปดาห์ที่หนูอยู่ดูแลคุณป้า คุณป้ามักบ่นกับหนูทุกวันว่า “ป้าคิดถึงครอบครัว ป้าอยากกลับบ้าน ป้าเบื่ออาหารโรงพยาบาล ไม่อร่อยเลย วันๆ ก็อยู่แต่บนเตียง ทำอะไรก็ไม่ได้เลย ป้าเบื่อจริงๆ นะที่ต้องอยู่โรงพยาบาลนานๆ แบบนี้” สำหรับตัวหนูแล้วทุกครั้งที่คุณป้าพูด หนูยินดี

รับฟังเสมอค่ะ ถึงแม้มันจะเป็นประโยคเดียวที่พูดซ้ำๆ และพูดเหมือนๆ กัน ในทุกๆ วัน หนูก็ยินดียอมรับฟังอย่างเข้าใจ เพราะหนูสังเกตเห็นได้ว่าทุกครั้งที่หนูรับฟัง คุณป้าก็จะยิ้มได้และก็ดูมีความสุขมากขึ้นที่ได้พูดคุยหรือระบายให้ใครสักคนฟัง

ในทุกๆ วันที่หนูได้ขึ้นฝึกปฏิบัติการบนหอผู้ป่วย นอกจากจะพูดคุยให้กำลังใจและรับฟังสิ่งที่คุณป้าไม่สบายแล้ว หนูยังได้ปลดล็อคกรอบที่ครอบตัวคุณป้าออก กรอบที่ว่านั่นก็คือ ไม่นั่งเตียงนั่นเอง หนูได้พาคุณป้านั่งห้อยขาข้างเตียง และถามคุณป้าว่า “คุณป้าอยากลงเดินข้างเตียงไหมคะ” คุณป้ายิ้มพร้อมกับพยักหน้าทันที หนูโอบกอดด้านข้างของคุณป้าและพุงงเดินเล่นใกล้ๆ เตียง สิ่งที่หนูเห็นก็คือ รอยยิ้มและเสียงหัวเราะที่แสนจะสดใส และมีความสุขของหญิงวัย 40 ปี ที่แม้ว่าโรคเรื้อรังเหล่านั้นจะทำร้ายร่างกายของคุณป้าได้ แต่โรคเรื้อรังเหล่านั้นไม่สามารถทำลายความสดใสและเสียงหัวเราะของคุณป้าได้เลยสักนิดเดียว คุณเชื่อไหมคะว่าการเดินเล่นรอบเตียงครั้งนั้น ถือเป็น การสร้างรอยยิ้มให้กับคุณป้าในรอบ 2 เดือนที่ผ่านมาเลยทีเดียว

หนูนึกย้อนไปถึงวันแรกที่หนูได้เปิดแฟ้มประวัติของคุณป้า หนูจำได้ขึ้นใจเลยว่า “วันที่ 25 กุมภาพันธ์ เป็นวันเกิดของคุณป้า” หนูนึกในใจว่า หนูจะต้องทำอะไรสักอย่าง ให้วันนั้น เป็นวันที่คุณป้ามีความสุขที่สุดเท่าที่หนูจะทำได้ เย็นวันที่ 24 กุมภาพันธ์ หนูเดินไปซื้ออาหารเย็นรับประทานกับเพื่อนตามปกติ แต่วันนั้นหนูได้เดินเลยไปที่โซนร้านขายของชำ หนูตั้งใจว่าหนูจะ



ชื่อของขวัญสักชิ้นหนึ่งให้กับคุณป้า หนูใช้เวลาเดินเลือกอยู่นานมาก หนูไม่รู้ว่าจะซื้ออะไรดี จนกระทั่งหนูหันไปเห็นตุ๊กตากระต่ายหุยาๆ สีชมพูตัวหนึ่ง หนูตัดสินใจเลือกตัวนั้นทันที เพราะหนูตั้งใจว่าหนูจะให้พี่กระต่ายสีชมพูของหนู เป็นตัวแทนของอ้อมกอดจากหนูสู่คุณป้า พอหนูซื้อของขวัญเสร็จ หนูก็เดินกลับมาที่หอพัก หนูได้พบกับอาจารย์พรรณทิพา หนูจึงเล่าเรื่องราวทั้งหมดให้อาจารย์ฟัง อาจารย์ท่านยิ้มแล้วบอกกับหนูว่า “ลองชวนพี่ๆ พยาบาลคนอื่นๆ มาร่วมอวยพรวันเกิดด้วยสิ” หนูยอมรับเลยค่ะว่า วินาทีนั้น หนูรู้สึกมีพลัง มีพลังมากๆ ที่จะทำในสิ่งที่หนูตั้งใจไว้

ในคืนนั้นเอง หนูได้ขึ้นเวรตึก หลังทำหัตถการต่างๆ เสร็จ พี่ก็บอกว่าให้ไปนั่งพักได้ ตอนนั้นเอง หนูได้ค่อยๆ เดินเข้าไปในความมืด ค่อยๆ เดินไปหยุดอยู่ที่ปลายเตียงของคุณป้า หนูมองคุณป้าที่กำลังหลับอยู่แล้วนึกในใจว่า “คุณป้าคะพรุ่งนี้คุณป้าตื่นขึ้นมา หนูจะทำให้คุณป้ามีความสุขที่สุดเท่าที่เด็กคนนี้จะทำได้”

เช้าวันที่ 25 กุมภาพันธ์ หนูและเพื่อนอีกสองคน เราถือกล่องของขวัญพร้อมกับร้องเพลงไปด้วย “Happy birthday to you Happy birthday to you Happy birthday, happy birthday...Happy birthday to you” ทันทีที่เสียงเพลงดังขึ้น พร้อมกับสองขาเล็กๆ ที่ค่อยๆ ก้าวไปที่เตียงของคุณป้า สิ่งแรกที่หนูเห็นก็คือ คุณป้าริบลุกขึ้นมา นั่งบนเตียง แล้วหันมาส่งยิ้มให้กับหนู คุณป้ายิ้มพร้อมกับน้ำที่เอ่อล้นตาทั้งสองข้างของคุณป้า ทันทีที่เสียงเพลงจบลงคำพูดแรกที่คุณป้าพูดกับหนูคือ “ขอบใจมาก ขอบใจมากๆ นะน้อง

นักศึกษาที่ไม่ลืมวันสำคัญของป่าในวันนี้ ป่าคิดว่าจะไม่มีใครจำได้แล้ว” ทันทีที่คุณป่าพูดจบลง หนูโผเข้ากอดคุณป่า หนูอยากจะส่งผ่านความรักและกำลังใจให้คุณป่าผ่านทางอ้อมกอดนี้ ซึ่งมันเป็นอ้อมกอดแรกที่หนูกอดคนไม่รู้จัก กอดคนที่ไม่ใช่ญาติ แต่มันกลับทำให้หนูรู้สึกถึงความอบอุ่น รู้สึกถึงอุ่นไอรักที่คุณป่าส่งผ่านอ้อมกอดมาสู่หนู การกอดกับคุณป่าซึ่งเป็นผู้ที่ไม่ใช่ญาติ แต่กลับทำให้หนูรู้สึกถึงความอบอุ่นได้อย่างน่าแปลกใจ อ้อมกอดนั้นเสมือนเป็นอ้อมกอดจากคนรัก ที่ส่งมอบพลังความรักสู่อีกคน ช่างเป็นอ้อมกอดที่แสนจะอบอุ่นและแผ่ไปด้วยความรู้สึกต่างๆ มากมาย ที่ไม่สามารถอธิบายออกมาได้

การจัดวันเกิดให้คุณป่าวันนั้น เป็นวันสุดท้ายที่หนูได้ขึ้นฝึกปฏิบัติการบนหอผู้ป่วยพอดี ก่อนที่หนูจะลงวอร์ด หนูได้ไปลาคุณป่าแล้วบอกคุณป่าว่า “วันนี้เป็นวันสุดท้ายที่หนูจะได้ขึ้นมาฝึกปฏิบัติการบนหอผู้ป่วยนี้แล้วนะคะ” คุณป่ากอดลาหนูแล้วยิ้มให้ ก่อนที่จะพูดว่า “ไม่ต้องห่วงว่าป่าจะเหงาแล้วนะ เพราะป่ามีเพื่อนแล้ว” คุณป่าพูดพร้อมก็นำเจ้ากระต่ายหูยาวสีชมพูมากอด และบอกอีกว่า “ทุกครั้งที่ป่าคิดถึงหนู ป่าจะกอดและบอกผ่านตุ๊กตาตัวนี้นะ”

เหตุการณ์ในวันนั้น ยิ่งตอกย้ำความรู้สึกของหนูในวันนี้ มันทำให้หนูมั่นใจว่า เส้นทางสีขาวแห่งนี้ เป็นเส้นทางแห่งความสุขที่หนูได้เลือกแล้ว “ความสุข” สำหรับใครบางคนคือการที่ได้รับสิ่งของที่มีค่า แต่ “ความสุขสำหรับหนู” คือการที่ได้เห็นรอยยิ้ม รอยยิ้มของผู้ป่วยที่หนูดูแลด้วยหัวใจ

“รอยยิ้มที่เกิดจากความสุข” มักเป็นรอยยิ้มที่มีพลัง...เช่นเดียวกับ  
อ้อมกอด ที่เป็นทั้งการส่งมอบพลังความรักและกำลังใจที่ยิ่งใหญ่สู่คนที่เรารัก  
หนูขอให้รอยยิ้มของหนูและคุณป้าเป็นอ้อมกอดของกันและกันตลอดไป



รางวัลที่ 2  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2562



# งานสุดท้าย

• วาตนิता เสมประวัตติ

ศูนย์สุขภาพชุมชนประชาชนุเคราะห์ โรงพยาบาลราชบุรี

“

ฉันจรดปลายดินสอเขียนคิ้วลงบนใบหน้าที่เรียบเนียนอย่างตั้งใจด้วยความมุ่งมั่นว่าต้องทำให้การ “แต่งหน้า” ครั้งนี้ออกมาดีที่สุด เสี่ยงผู้รับจ้างบริหารที่ตอนนี้กลายมาเป็น “ผู้ช่วยแต่งหน้าจำเป็น” กระซิบบอกฉันอย่างแผ่วเบาเพียงได้ยินกันแค่ 2 คนว่า “จ้างพี่ไปนั้แสน งานแบบนี้พี่ก็ไม่ทำหรอก” ฉันงยหน้าและสบตาเธออย่างเข้าใจ

ย้อนกลับไปเมื่อราวๆ ครึ่งชั่วโมงก่อน “คุณปาน” เจ้าของร้านที่ฉันแต่งหน้าให้ได้จากไปอย่างสงบ หลังจากต่อสู้อย่างทรหดกับโรคมะเร็งร้ายที่มาเยือนเธอโดยไม่รู้ตัว โดยเมื่อประมาณ 6 เดือนที่แล้ว เธอได้รับการวินิจฉัยเป็นมะเร็งระยะสุดท้าย และเข้ารับรักษาจากโรงพยาบาลเอกชนในกรุงเทพฯ ที่ขึ้นชื่อว่า ดีที่สุดและแพงที่สุด แต่การรักษาไม่ประสบความสำเร็จ มะเร็งร้ายแพร่กระจายไปยังกระดูกไขสันหลังและสมอง คุณปานและคุณตันผู้เป็นสามี ตัดสินใจกลับมาเสียชีวิตที่บ้าน โดยได้รับยาแก้ปวดมาจำนวนหนึ่ง และเมื่อยามดกก็จะมารับยาแก้ปวดต่อที่โรงพยาบาลใกล้บ้าน ฉันในฐานะพยาบาลประจำชุมชนได้รับการประสานให้เข้ามาดูแลคุณปาน เนื่องจากฉันดูแลงานด้าน

Palliative Care หลังการศึกษาปริญญาโทสาขาจิตวิทยา ชีวิตและความตาย ทำให้ฉันมีความตั้งใจและทุ่มเทที่จะดูแลคนไข้ที่ได้รับการวินิจฉัยว่าเข้าสู่ระยะ Palliative ให้ดีที่สุด โชคดีที่ว่าคุณปานเป็นผู้ฝึกฝนในธรรมและศึกษารรรมะมาอย่างต่อเนื่อง ประกอบบุญกุศลต่กบาตรทำบุญอยู่เสมอ มองเห็นเรื่องการเกิด แก่ เจ็บ และตายเป็นสัจธรรมของชีวิต เมื่อรับรู้ว่าจะไม่สามารถยื้อชีวิตเอาไว้ได้แล้ว เธอจึงอยากใช้เวลาช่วงสุดท้ายของชีวิตที่บ้าน

ในช่วงระยะเวลาสั้นๆ ที่ฉันเข้าไปดูแลคุณปานและครอบครัว พบว่าที่บ้านหลังนี้ถูกดัดแปลงเป็นเหมือนห้องพยาบาลเล็กๆ มีเครื่องให้ออกซิเจน เครื่องดูดเสมหะ และมีผู้รับจ้างบริบาลมาดูแลตลอด 24 ชั่วโมง พร้อมทั้งมีयरระงับอาการปวดเนื่องจากโรคไข้อย่างเพียงพอ คุณปานที่ร่างกายเริ่มอ่อนล้า บวมตามร่างกายไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ แต่ยังคงสติได้เกือบสมบูรณ์ ตลอดเวลาในขณะที่ตื่น เธอไม่ได้แสดงอาการเศร้าโศกหรือหวาดกลัว ท้อแท้ บางครั้งยังปลอบใจบรรดาญาติที่วนเวียนมาเยี่ยมและผลอกร้องให้ออกมาเนื่องจากสงสารเธอ เธอจัดการเรื่องทรัพย์สินโดยการจัดทำพินัยกรรมไว้อย่างเรียบร้อย ในทุกวันถึงแม้เธอจะลุกไปใส่บาตรเองไม่ได้ เธอก็จะบอกญาติให้ทำอาหารแบบต่างๆ ไปถวายพระที่วัด โดยเธอกล่าวอนุโมทนาก่อนถวายพระทุกครั้งเช่นกัน

ดูเหมือน Palliative Care ครั้งนี้จะจะเป็นไปด้วยดี ฉันจึงประเมินคนใกล้ชิดของคุณปาน โดยเฉพาะคุณตันผู้ซึ่งเป็นสามี ฉันมองเห็นความรักที่มีต่อคุณปาน บ่อยครั้งจะเห็นถึงความเศร้าฉายผ่านออกมาจากแววตาของคุณตัน รวมทั้งร่างกายที่ซูบผอมลงอย่างเห็นได้ชัด ฉันใช้เวลาพูดคุยกับคุณตัน

พบว่าคุณต้นยอมรับในสิ่งที่กำลังจะเกิดขึ้นและต้องการที่จะดูแลคุณปานให้ดีที่สุด ฉันให้กำลังใจกับคุณต้นให้ผ่านช่วงเวลานี้เพื่อที่จะทิ้งความเจ็บปวดทางใจไว้ให้น้อยที่สุด ฉันให้ช่องทางการติดต่อเพื่อการดูแลคุณปานร่วมกันได้ 24 ชั่วโมงอย่างเต็มที่ รวมทั้งเตรียมความพร้อมให้คุณต้นและญาติเมื่อช่วงเวลาสำคัญมาถึง

ครั้งหนึ่งพบว่ามีเรื่องที่น่าแปลก เวลาสายของวันหนึ่งฉันไปเยี่ยมคุณปาน พบว่าเธอเรียก ไม่รู้สึกตัว ไม่ลืมตา หายใจแบบเฮือกๆ ซึ่งประสบการณ์การทำงานของฉัน อากาศนี้แสดงว่าคนไข้จะเสียชีวิตในเวลาอันใกล้นี้ ฉันปรึกษาคูณต้นและเห็นตรงกันว่าควรนิมนต์พระมาเพื่อให้คุณปานได้ทำบุญถวายสังฆทาน บังเอิญว่าพระที่คุณปานนับถือเป็นพระอาจารย์ที่เรียนจบปริญญาโทสาขาเดียวกับฉัน ฉันจึงอาสาไปที่วัดและนิมนต์ให้ ซึ่งขณะนั้นพระอาจารย์ติดสอนกรรมฐานอยู่จะว่างก็ตอนเย็น แต่ฉันคิดว่าอาการของคุณปานอาจรอไม่ไหว จึงกราบขอความเมตตาานิมนต์ท่านด้วยเหตุดังกล่าว โดยขอเวลาท่านเพียง 30 นาที ท่านพระอาจารย์เข้าใจ และเมื่อท่านมาถึงบ้านคุณปาน ท่านได้เทศน์เรื่องการปล่อยวางและเมื่อเทศน์จบ คุณต้นได้จับมือคุณปานที่นอนไม่รู้สึกตัวให้ร่วมถวายสังฆทานและกรวดน้ำ

วันรุ่งขึ้น ฉันได้ทราบว่าคุณปานกลับมารู้ตัวและพูดคุยกับญาติเหมือนเป็นปกติ รวมทั้งรับรู้ว่าจะพระอาจารย์มาเทศน์ที่บ้านรวมทั้งเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นทั้งหมด พวกเราซึ่งเป็นพยาบาลต่างก็แปลกใจที่คุณปานกลับมารู้สติโดยไม่ได้รับการรักษาเพิ่มเติมแต่อย่างไร เป็นเวลา 1 สัปดาห์ต่อจากนั้นที่คุณปานมีโอกาสพูดคุยกับญาติพี่น้อง ทั้งญาติที่ห่างไกลก็แวะเวียนมาเยี่ยมเยียน

อย่างต่อเนื่อง วันสุดท้ายก่อนเสียชีวิต คุณปานใช้เวลาส่วนใหญ่กับคุณต้น ทั้ง 2 คนพูดคุยเรื่องราวต่างๆ กันมากมาย โดยคุณต้นเล่าว่าเพราะคุณปาน เป็นฝ่ายชวนคุยและไม่ยอมนอนจนเวลาล่วงเลยไปจนถึงตี 4 คุณปานถึงได้ยอม นอนหลับ แต่เป็นการนอนหลับที่ไม่ตื่นขึ้นมาอีกเลย

เมื่อวันสุดท้ายมาถึง ฉันช่วยคุณต้นดูแลร่างกายคุณปานให้สะอาด ผลัดเปลี่ยนเสื้อผ้าเป็นชุดที่เตรียมไว้ โดยผู้รับจ้างบริบาลก็ให้ความช่วยเหลือ อย่างดี แต่ฉันสังเกตเห็นว่าเธอนั้นมีสีหน้าผิดแปลกไปจากเดิม “ผมอยากให้ ปานได้แต่งหน้าหน่อยครับ” เสียงคุณต้นเอ่ยขึ้นอย่างแหบแห้ง ฉันรับหน้าที่ นั้นด้วยความเต็มใจและเห็นใจผู้รับจ้างบริบาลเมื่อแสดงอาการให้รับรู้ได้ว่า ทวาดกลัวร่างที่บัดนี้กลายเป็นศพไปแล้ว “อนิจจังไม่เที่ยงหนอ” ฉันรำพึง ในใจและทำหน้าที่ “แต่งหน้าศพ” ให้เป็นครั้งสุดท้ายอย่างมุ่งมั่นและตั้งใจว่า จะเป็นสิ่งดีๆ สิ่งสุดท้ายที่พยาบาลอย่างฉันจะทำให้ผู้ป่วย Palliative Care ของฉันได้





รางวัลที่ 3  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2562

The background features a large, faint watermark of the Srinakharinwirot University seal. The seal is circular with a gold border and contains a central emblem with Thai script. The text 'อามาตือ ผู้ป่วยยาก?' is centered over a semi-transparent white box with black corner brackets.

# อามาตือ ผู้ป่วยยาก?

อรพรรณ พูนกันโชติ

ภาควิชาเวชศาสตร์ครอบครัวและเวชศาสตร์ป้องกัน  
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

“

ดิฉันได้มีโอกาสไปร่วมดูแลผู้ป่วยเพื่อการรักษาแบบประคับประคอง ร่วมกับศัลยแพทย์ เป็นผู้ป่วยหญิงอายุ 76 ปี เมื่อ 2 ปีก่อนเธอได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคมะเร็งเต้านมและผ่าตัดเต้านมออก หลังจากนั้นเธอไม่ได้มาตามนัดของศัลยแพทย์ เธอหายไป 2 ปี จนเมื่อ 2 เดือนก่อน ลูกสาวคนเล็กของเธอเริ่มสังเกตเห็นว่าเธอเหนื่อยง่ายขึ้น เดินได้ระยะทางสั้นลง ทุกครั้งหลังเธอเข้าห้องน้ำลูกสาวสังเกตเห็นว่าเธอเหนื่อย ลูกสาวคนเล็กพาเธอมาห้องฉุกเฉินด้วยเรื่องเหนื่อยจนถึงไม่สามารถนอนได้

ครั้งนี้เธอได้พบกับศัลยแพทย์ท่านเดิมที่เคยรักษาเธอเมื่อ 2 ปีก่อน ครั้งนี้พบว่าอาการเหนื่อยของเธอนั้นเกิดจากโรคเดิม คือ โรคมะเร็งเต้านมที่ลุกลามไปที่ปอด เธอได้ยื่นกรานกับทางศัลยแพทย์ว่าไม่ต้องการการผ่าตัด ยาเคมีบำบัดหรือฉายแสง เธอเพียงต้องการให้เธอยังอยู่กับความเหนื่อยได้ โดยไม่เป็นภาระกับลูกหลาน ผู้ป่วยตัดสินใจที่จะไม่รักษาที่โรงพยาบาล ทางทีมศัลยแพทย์จึงส่งปรึกษาทางทีมดิฉันเพื่อร่วมกันดูแลแบบประคับประคองที่บ้าน และนี่เป็นจุดเริ่มต้นที่ทำให้ดิฉันได้เข้ามามีส่วนร่วมในการดูแลเธอ

“เธอหายไปจากการรักษา” “เธอไม่มารักษาต่อเนื่อง” “โรคเธอลุกลามมากขึ้นเพราะเธอหายไป” ประโยคเหล่านี้ทำให้ทางทีมคิดว่าเธอต้องเป็นผู้ป่วยกลุ่มยากในการดูแล บางคนมีกังวล บางคนเหมือนหงุดหงิด บางคนทำหน้าสงสัย และบางคนพยายามจินตนาการและหาเหตุผลที่ผู้ป่วยไม่ยอมพบแพทย์ การดูแลต่อเนื่องแบบประคับประคองไม่เป็นเพียงการดูแลทางด้านร่างกายเท่านั้น แต่หมายรวมถึงการดูแลทางด้านจิตใจ สังคมและจิตวิญญาณ ในผู้ป่วยรายนี้ นอกจากประวัติทางด้านร่างกายที่เราหาได้ไม่มากนัก ที่ยากคือเหตุผลของผู้ป่วยที่ไม่ได้มารักษาต่อเนื่องตามนัด ซึ่งจะทำให้ทางทีมเห็นภาพผู้ป่วยและครอบครัว และสามารถนำมาร่วมวางแผนการรักษาเพื่อดูแลผู้ป่วยรายนี้ได้เบื้องต้น เราพยายามหาเหตุผลนี้ แต่สุดท้ายเราก็ไม่ได้มันมา ทางทีมเราจึงตัดสินใจวางแผนการดูแลผู้ป่วยรายนี้ไปในทิศทางของผู้ป่วยยาก (difficult patient) เหมือนที่คิดไว้ตั้งแต่แรก ก่อนจะไปเยี่ยมบ้านทางทีมงานได้ติดต่อลูกสาวคนเล็กเพื่อขออนุญาตเยี่ยม เสียงปลายสายให้การต้อนรับทีมเราเป็นอย่างดี

แล้ววันที่เราเยี่ยมบ้านครั้งแรกก็มาถึง บ้านเธออยู่ไม่ไกลจากโรงพยาบาล ใช้เวลาเดินทางราว 5 นาที เราสังเกตเห็นบ้านหลังหนึ่งมีหญิงวัยกลางคนกริยาคล้ายกำลังมองหาใครสักคน ทำให้เราเดาได้ไม่ยากกว่านี้คือบ้านของเธอ และหญิงคนนี้น่าจะเป็นลูกสาวคนเล็กของเธอ เราตัดสินใจมุ่งหน้าไปที่บ้านหลังนั้นและเราก็คิดไม่ผิด นี่คือบ้านของเธอและหญิงคนนี้คือลูกสาวคนเล็ก เมื่อเราทักทายกับลูกสาวของเธอเรียบร้อยและแน่ใจว่าเราไปบ้านถูกหลัง เราเข้าไปในบ้าน เราเห็นหญิงสูงวัยซึ่งดิ้นสังเกตจากผมแก

ที่เปลี่ยนเป็นสีขาวทั้งศีรษะ ใบหน้ายิ้มแย้มต้อนรับพวกเรา เธอนั่งอยู่บนเตียง  
ไม้สูงระดับเข่า ทางเรากล่าวทักทาย เธอทักทายเรากลับด้วย สำเนียงเหมือน  
ภาษาจีนมากกว่าภาษาไทย เธอพยายามจะชวนเราคูย เธอพยายามคิดคำไทย  
บางครั้งเธอพูดภาษาจีนและให้ลูกสาวเป็นล่าม นี่เป็นการเริ่มต้นที่ดี

“อาม่า” หนึ่งในสมาชิกทีมเราได้เผลอเรียกเธอไป เธอและลูกสาว  
ของเธอยิ้มเมื่อได้ยินชื่อนี้ ตั้งแต่นั้นเราก็จึงเรียกเธอว่า “อาม่า” หลังจาก  
การแนะนำตัวสั้นสุดลง เราเริ่มถามอาม่าถึงอาการเหนื่อยและโรคที่อาม่าเป็น  
เพื่อประเมินว่าอาม่าเองเข้าใจโรคที่อาม่าเป็นมากน้อยแค่ไหนหรือมากกว่านั้น  
เราอาจได้ความรู้สึกที่แกมต่อนี้ เราไม่คาดหวังว่าอาม่าจะตอบคำถามนี้  
ได้ครบทุกประเด็นที่เราต้องการ เราคิดกันมาก่อนว่าอาม่าเป็นผู้ป่วยกลุ่มยาก  
ซึ่งส่วนใหญ่จะเลี่ยงที่จะตอบคำถามเหล่านี้ แต่เราคิดผิด อาม่าตอบได้อย่าง  
ฉะฉานถึงแม้ว่าภาษาไทยของแกจะไม่แข็งแรงนัก อาม่ารู้ว่าที่แกเหนื่อยเพราะ  
ตัวเองเป็นโรคมะเร็งเต้านมที่ลุกลามไปที่ปอด อาจจะอยู่ได้ไม่นาน และ  
ช่วงหลังมานี้แกเหนื่อยง่ายขึ้นมาก อาม่าเล่าให้เราฟังถึง 2 ปีที่หายไปโดยที่เรา  
ยังไม่ได้เอ่ยถาม จริงๆ แล้วเรื่องนี้เราคิดว่าจะถามในการเยี่ยมบ้านครั้งหน้า  
เพราะมันละเอียดอ่อนเหลือเกิน

อาม่าเล่าด้วยสีหน้ายิ้มแย้ม อาม่าไปรักษาด้วยการทำจิตใจให้ดี  
รับประทานอาหารที่ดีต่อสุขภาพและสวดมนต์ตามหลักที่แก่นับถือ เห็นได้จาก  
ฝาผนังบ้านเต็มไปด้วยรูปเคารพตามศาสนานั้น อาม่ารู้ว่าวิธีเหล่านี้ไม่ได้ทำให้  
แกหายจากโรคเพราะตอนนี้โรคกำลังลุกลาม และเข้าสู่วาระสุดท้ายของชีวิต  
อาม่าหันมาเล่าต่อ “หมอมือมัยสองปีนั้น อาม่าเองมีความสุขมาก” แก่เริ่ม

แทนตัวเองว่าอามา ไม่เคยเสียเวลา ไม่เคยเสียตายนี่ไม่รับยาเคมีบำบัด ฉายแสงหรือผ่าตัด ไม่ต้องอยู่โรงพยาบาล ไม่ต้องทนกับผลข้างเคียงของยามีเวลาวางแผนชีวิต ใช้ชีวิตในแบบที่ต้องการ อามาได้ทำทุกอย่างที่อยากทำ อามาเห็นความรักที่ลูกๆ มีให้ ได้เห็นความรักที่ลูกหลานมีต่อกัน แค่นี้เราก็พร้อมตายแล้ว ลูกสาวแรกว่าตอนนี้แกซื้อที่ดินสำหรับทำฮวงซุ้ยเรียบร้อยแล้ว เราฟังแล้วขนลุกปอนิ่ง

อามาเล่าต่อว่าแกเหนื่อยมามากแล้ว แกหมายถึงชีวิตแกในอดีต เพราะมาจากเมืองจีน ต้องทำงานหนักมาก จนวันนี้แกสบาย ลูกหลานก็สบาย ตอนนี้แค่อยากใช้ชีวิตที่เหลือให้สบาย ไม่เหนื่อยเหมือนเมื่อก่อน ความสบายของแกคือการไม่ต้องไปรักษาที่โรงพยาบาล แกรู้สึกเหนื่อยทุกครั้งที่ต้องไปหาหมอที่โรงพยาบาล อามาเล่าต่อถึงความตายที่แกต้องการ งานศพที่แกอยากให้เป็น ได้บันทึกเป็นลายลักษณ์อักษรและบอกกับลูกๆ ไว้เรียบร้อยแล้ว พร้อมยกสมุดเบาใจที่มีการเติมครบทุกหน้าพร้อมลายเซ็นเป็นภาษาจีนให้เราดู เราฟังไปยิ้มไป สมาชิกบางคนน้ำตาคลอ ลูกสาวแกเองก็น้ำตาไหลเป็นช่วงๆ สังเกตได้ว่าแกไม่กลัวเรื่องความตายแม้แต่น้อย แกพร้อมมากกว่าเรา คนที่มาเพื่อวางแผนความตายที่ดีให้แก แกวางแผนมาอย่างดีเพื่อเตรียมตัวตายในแบบที่แกเลือกเอง แกหันมาบอกเราอีกครั้งว่า “อามาพร้อมตายแล้ว อามามีทุกอย่างที่ต้องการ ลูกหลานรักกัน” เราได้ยินแบบนั้น เราไม่มี ความจำเป็นที่จะต้องพยายามให้อามากลับไปรักษาที่โรงพยาบาลอีกต่อไป เราจะทำหน้าที่ดูแลอามาที่บ้านให้แกได้สุขสบายอย่างที่อามาปรารถนา

เรื่องของอามาทำให้เราได้กลับมาสะท้อนตัวเองในฐานะบุคคลากร

ทางการแพทย์ หลายครั้งที่เรามีทัศนคติที่ไม่ดีกับผู้ป่วยกลุ่มที่หายไปจากการรักษาโดยที่เราไม่แม้แต่จะถามถึงเหตุผล เราพยายามให้ผู้ป่วยเดินไปตามทางที่เราคิดว่าดี เช่น ให้มาผ่าตัด ให้มารักษาด้วยยาเคมีบำบัดด้วยสูตรที่ดีที่สุดสำหรับผู้ป่วยตอนนั้น ด้วยเพียงที่เราคิดว่าเราอยากให้ผู้ป่วยหายจากโรคที่เป็น แต่ในบางครั้งเราอาจลืมประเด็นความสวยงามของการไม่มารักษาเหล่านี้ไป อาม่าไม่ได้เป็นผู้ป่วยยากหากเพียงแค่ว่าเราเข้าใจและสุดท้ายอาม่าก็ได้เสียชีวิต และจัดการงานศพท่ามกลางความรักในแบบที่แหวางแผนไว้



รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2562



ภาพแห่งความทรงจำ  
เพื่อสานฝันให้แม่

สุภาพรรณ ชูประเสริฐ  
งานดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง  
โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร



“

ณ โรงพยาบาลประจำจังหวัดที่สวยที่สุดในประเทศไทยแห่งหนึ่ง  
 เช้าวันที่อากาศสดใส ท้องฟ้าสีคราม กริ่งๆ เสียงกริ่งโทรศัพท์ดังก้องกังวาน  
 มาเป็นระยะ เมื่อรับสายเสียงพยาบาลเจ็ดยะแจ้วแจ้วว่ามีคนไข้ประสบ  
 อุบัติเหตุมา อาการโคม่า ต้องการปรึกษาทีมดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง  
 ให้ช่วยมาดูแลคนไข้ระยะสุดท้ายที่ห้องไอซียูศัลยกรรมด่วน ฉันจึงรีบไปด้วย  
 ความกระตือรือร้น ขณะเดินไปก็อดคิดด้วยความกังวลใจไม่ได้ว่าอาการคนไข้  
 คงหนักมาก จะช่วยคนไข้อย่างไรดี คำว่า ไอซียู ภาพที่คุ้นตาผุดขึ้นมา  
 ในสมองทันที อุปกรณ์ทางการแพทย์หลายชนิดวางรอบเตียง สายน้ำเกลือ  
 ระโยงระยาง คนไข้ใส่ท่อช่วยหายใจ ญาติคนไข้ยื่นร้องไห้เสียงระงม คนไข้  
 หลายคนที่เข้ามาอาจไม่ได้กล่าวแม่คำรำลา และยากที่จะเดินออกไปได้  
 ดังเช่นคนไข้รายนี้เป็นแน่แท้

เมื่อฉันมองเข้าไปที่เตียงคนไข้รายนี้ เสียงเครื่องช่วยหายใจดังพีดๆ  
 เป็นจังหวะซ้ำๆ เบาๆ ช่างเป็นเสียงที่บาดหัวใจของเด็กผู้หญิงคนหนึ่งที่ยืน  
 ฝ้ามองร่างไร้สติของแม่ ซึ่งกำลังจะจากโลกนี้ไปด้วยอุบัติเหตุที่คาดไม่ถึง

แววตาหม่นหมองปนเศร้าของเด็กสาวคนนี้ กำลังจ้องมองไปที่ร่างหญิงวัยกลางคน รูปร่างเจ้าเนื้อ ผิวขาวซีด มีรอยแผลถลอกตามตัวเล็กน้อย เบ้าตาเขียวข้ำวามปิดทั้งสองข้าง นอนนิ่งอยู่บนเตียงด้วยลมหายใจที่รวยริน หน้าอกกระเพื่อมตามเสียงของเครื่องช่วยหายใจ เมื่อมองเห็นใบหน้ารี้นด้วยน้ำตาของเด็กสาวคนนี้ สร้างความสะเทือนใจแก่ผู้พบเห็นยิ่งนัก ฉันรู้สึกจุกแน่นขึ้นมาในอก ความกังวลใจหายไปจนสิ้น เหลือเพียงความสงสารจับใจ และเมื่อได้ดูประวัติคนไข้ถึงสาเหตุที่ทำให้คนไข้ตกอยู่ในสภาพเช่นนี้ ทำให้คาดเดาได้ว่าคนไข้จะอยู่ได้ไม่นาน ถึงแม้ว่าคนไข้จะไม่รู้สึกตัว แต่เชื่อว่าจิตวิญญาณของคนไข้จะต้องสัมผัสและรับรู้ได้ถึงการกระทำด้วยความอ่อนโยนและความปรารถนาดีในครั้งนี้เพื่อคนไข้ และคิดว่าการทำางานครั้งนี้นอกจากจะดูแลคนไข้แล้วจะต้องดูแลไปถึงครอบครัวของคนไข้ด้วย หนึ่งในนั้นคือลูกสาวของคนไข้ที่มีความรักความผูกพันกับผู้เป็นแม่มาก

สิ่งแรกที่ต้องทำคือการหามุมสงบที่จะได้คุยกับลูกสาวคนไข้ในการค้นหาสิ่งค้างคาใจ การเป็นผู้ฟังที่ดี การได้สบตา การจับมือแสดงความเห็นใจ เพื่อช่วยแบ่งเบาความทุกข์ในใจของลูกสาวคนไข้มาบ้างไม่มากก็น้อย ภาพรอยยิ้มในวัยเด็กย้อนมาในความคิด การมีช่วงเวลาที่ดีที่สุดคือการได้อยู่กับแม่ทุกวัน มีบางช่วงเวลาต้องจากกันบ้างเมื่อต้องไปเรียนหนังสือ เป็นคำบอกเล่าที่พร่างพรูมาจากปากของลูกสาวคนไข้พร้อมด้วยรอยยิ้มว่า “จากพี่น้องสามคนหนูเป็นคนเดียวที่ได้เรียนปริญญาตรี และเรียนจบแล้ว กำลังรอรับปริญญาในปลายปีนี้ แม่ดีใจมากไปคุยไว้ทั่วหมู่บ้าน เตรียมชุดเพื่อจะใส่ในวันรับปริญญา วางแผนไว้กับลูกที่จะไปงานรับปริญญาปลายปีนี้ แม่เป็นคนขยันทำงาน สุขุมวิท

ทำงานทุกอย่างที่จะทำได้ หนูเรียนจบแล้วจะหาสมัครงานทำที่ใกล้บ้าน จะได้อยู่ดูแลแม่ แม่จะได้ไม่ต้องลำบาก แม่เหนื่อยมามากแล้ว” จากคำพูดเรื่อย ๆ แหวตตาเป็นประกายทุกครั้งทีพูดถึงแม่ ฉันได้ให้ข้อมูลการดำเนินของโรคทางเลือกในการดูแลคนไข้ และเกิดความคิดนอกกรอบขึ้นมา

“เอาอย่างนี้มัย หนูอยากถ่ายรูปชุดครุยรับปริญญา กับแม่มัย” “หนูทำได้หรือพี่” เป็นคำถามด้วยน้ำเสียงประหลาดใจของลูกสาวคนไข้ แหวตตาเป็นประกายขึ้นมา เมื่อหันไปมองที่หัวเตียงมีป้ายติดว่า ห้ามถ่ายภาพ “ทำได้สิ ว่าแต่เราจะหาชุดครุยได้ที่ไหนดีในเวลาทีกระชั้นชิด จะหามาจากไหน มีเพื่อนรุ่นพี่มัย” ทุกคำถามเข้ามาในความคิด เราจะดูแลลูกสาวคนไข้อย่างไรให้กิจกรรมครั้งนี้สำเร็จไปด้วยดี การหาชุด การนัดแนะ วัน เวลา สถานที่ การติดต่อประสานงานกับระบบบริหารจัดการ การขออนุญาต เพื่ออำนวยความสะดวกในการจัดกิจกรรมครั้งนี้ รวมถึงการเอื้อให้ลูกสาวของคนไข้ได้เข้ามาดูแลแม่ได้บ่อยๆ โดยไม่รบกวนผู้อื่น ทุกอย่างผุดเข้ามาในความคิด ไข่แล้วเราจะคิดเองคนเดียวไม่ได้ การทำงานต้องทำเป็นทีม หลังได้พูดคุยกับลูกสาวคนไข้เรียบร้อย ฉันกลับมาตั้งหลักปรึกษากับทีมดูแลอีกครึ่งหนึ่ง และได้แนะนำลูกสาวคนไข้ให้ไปยืมชุดครุยที่ร้านถ่ายภาพในตลาด เป็นความคิดที่ดีเลยทีเดียว เมื่อทุกอย่างพร้อมทีมดูแลได้ดำเนินกิจกรรมไปด้วยดี

การนัดหมายเริ่มในวันรุ่งขึ้น ทุกอย่างสร้างความประทับใจให้ทีมดูแล ซึ่งเกินความคาดหมายจริงๆ ครอบครัวคนไข้ทุกคนมาพร้อมเพรียงกัน รวมทั้งเพื่อนบ้านที่สนิทสนมกับคนไข้ต่างมาให้กำลังใจ หรืออาจเป็นเพราะอยากเห็นว่าจะทำได้อย่างไร แม้แต่ร้านถ่ายภาพยังให้ยืมชุดโดยไม่คิดราคา ทุกคน

มีความเห็นใจกันและร่วมมือกันเป็นอย่างดี ลูกสาวคนไข้ยื่นด้วยสีหน้าตื่นเต้น แหวตาเป็นประกายเมื่อเห็นทีมดูแลเดินเข้ามา ทุกคนเข้ามาล้อมกันที่เตียงคนไข้ ซึ่งจะทำอย่างไรให้ได้ภาพที่ดีที่สุด ทุกคนช่วยกันยื่นบังเครื่องช่วยหายใจ สายน้ำเกลือ ลูกสาวคนไข้ยื่นเสื้อผ้าที่สวยงามที่สุดที่คนไข้เตรียมไว้ ผ้าถุงสำเร็จรูป กระเป๋าถือมาวางข้างๆ มือ ทุกคนช่วยกันแต่งตัวให้คนไข้ อย่างสวยงาม “แซะๆ” เสียงซัดเตอร์ดังเป็นระยะๆ และเราก็ได้ภาพที่ดีที่สุด ในการร่วมมือในการทำกิจกรรมครั้งนี้ ความปิติ อิ่มเอมเกิดขึ้นในใจ หัวใจพองโต รอยยิ้ม เกิดขึ้นกับทีมดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองอย่างไม่เคยรู้สึกมาก่อน

หลังจากนั้น 3 วัน คนไข้ก็ได้จากครอบครัวนี้ไปด้วยอาการสงบ และอีก 2 สัปดาห์ต่อมาหลังจากงานศพผ่านพ้นไป การดูแลหลังการสูญเสียเป็นสิ่งที่ฉันต้องติดตามต่อ ทีมดูแลได้นัดลูกสาวผู้ที่จากไปมารับภาพประทับใจที่ใส่กรอบไว้อย่างสวยงาม ลูกสาวขอบคุณที่ได้รับการดูแลที่ดี ในสิ่งที่คาดไม่ถึงว่าจะได้รับในครั้งนี้ และจะขอเก็บภาพนี้ไว้ในความทรงจำตลอดไป

ชีวิตของคนเราแม้เลือกเกิดไม่ได้ แต่เลือกที่จะเสียชีวิตได้ถ้ามีการเตรียมตัวให้พร้อมแต่เนิ่นๆ ซึ่งไม่ง่ายเลยที่จะคิดเช่นนั้น แต่หลายครั้งเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิดก็เกิดขึ้นได้เสมอ ถึงแม้ว่าเหตุการณ์จะผ่านมานานเท่าไร เบื้องหลังของคนทำงานกับคนไข้ระยะสุดท้ายครั้งนี้ ทุกคนทำแล้วมีความสุข ทำให้เกิดแรงบันดาลใจในการกล้าที่จะคิด เลือกที่จะทำสิ่งที่ดีที่สุดให้กับคนไข้ ทุกคนต่างทำหน้าที่ของตนและทำด้วยใจ จึงทำให้งานสำเร็จได้ด้วยดี ที่สำคัญที่สุดคือการนึกถึงคนไข้และครอบครัวของคนที่ยรักกำลังจะจากไปเป็นสิ่งสำคัญ

การได้ปลดเปลื้องสิ่งที่ค้างคาใจ การสานฝันของคนไข้ ทำให้คนที่อยู่ข้างหลัง  
ได้เติมเต็มและคลายความเศร้าจากความสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก ถึงแม้ว่า  
คนไข้จะไม่รู้สึกตัว แต่เชื่อว่าคนไข้จะรับรู้ได้ด้วยจิตวิญญาณและจากไป  
อย่างสมศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์



รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2562



ແຂກโรค  
แต่ไม่แขกรัก

เสาวภา ทองงาม

งานการพยาบาลอายุรศาสตร์และจิตเวชศาสตร์  
ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช

“

“ฉีดยาให้ฉันตายไปเถอะหมอ นี่เป็นคำขอร้องของคนไข้” ตอนที่ข้าพเจ้ายังเด็ก ข้าพเจ้าเคยได้ยินได้ฟังเพลงนี้ ตอนนั้นฟังแล้วก็ข้าฯ ได้แต่คิดว่าจะมีคนคิดแบบนี้จริงๆ หรือ แต่เมื่อข้าพเจ้าโตขึ้นและได้มีโอกาสเดินมาบนเส้นทางสีขาวในฐานะพยาบาลคนหนึ่ง ข้าพเจ้าไม่เคยคิดว่าบทเพลงนั้นที่เคยผ่านหูของข้าพเจ้าเมื่อครั้งยังเป็นเด็ก ข้าพเจ้าจะได้ยินได้ฟังจากปากของผู้ป่วยที่ข้าพเจ้าให้การดูแลอยู่จริง จนกระทั่งข้าพเจ้าได้ดูแลผู้ป่วยหญิงอายุ 35 ปี เป็นโรคมะเร็งเม็ดเลือดระยะลุกลาม กระจายไปทั่วตัว ซึ่งไม่ตอบสนองต่อการรักษาใดๆ ผู้ป่วยและญาติยอมรับการยุติการรักษาตัวโรคและลงความเห็นเป็นอันเดียวกันว่าจะไม่ทำการใดๆ ที่ก่อให้เกิดทุกข์ทรมานเพื่อยื้อชีวิตผู้ป่วย ขณะนี้ทำได้เพียงให้การดูแลรักษาแบบประคับประคองและให้มอร์ฟีนทางหลอดเลือดดำเพื่อลดความทุกข์ทรมานเท่านั้น แต่ความทุกข์ทรมานที่เธอที่ต้องเผชิญนั้นคงมากกว่าที่เราจะเข้าใจได้ เพราะตลอดเวลาจะพบเธอลุกมานั่งหอบเหนื่อยกระสับกระส่ายจนไม่สามารถล้มตัวลงนอนได้ถึงแม้หมอจะปรับยาให้ตลอดเวลาในคืนนั้น และทุกครั้งที่เธอรู้สึกหายใจเหนื่อยมาก เธอจะร้องขอด้วยประโยคเดิมซ้ำๆ “ให้หนูตายเถอะ ฉีดยาให้หนูตายเถอะ หนูไม่ไหวแล้ว” ซึ่งประโยคเหล่านี้สะเทือนใจผู้ที่ได้ฟังยิ่งนัก

ไม่มีใครอยากตาย โดยที่ยังไม่ถึงเวลาที่จะจากไปแต่เธอคงทุกข์ทรมาน  
อย่างที่สุดไม่สามารถทนไหวแล้วจึงได้พูดคำนี้ออกมา คินนั้นเป็นคินแรกและ  
คินสุดท้ายที่เราได้พบเธอที่หอผู้ป่วยแยกโรค

ผู้ป่วยเป็นลูกคนเดียวของครอบครัว ที่บ้านประกอบอาชีพธุรกิจส่วนตัว  
ชีวิตสุขสบายมาตั้งแต่เด็กและได้แต่งงานมีครอบครัวที่อบอุ่น มีลูกน้อยวัย  
กำลังน่ารักอายุเพียง 3 ขวบ พ่อแม่ของสามีก็รักเธอมากเช่นเดียวกัน ข้าพเจ้า  
จำได้ว่าในคินที่ย้ายเธอมาจากห้องพิเศษเพื่อเข้ารับการรักษา ควบคุมและ  
ป้องกันการแพร่กระจายเชื้อไวรัสโรคที่หอผู้ป่วยแยกโรคนั้น มีญาติทั้งฝ่ายสามี  
และฝ่ายของเธอเองมาส่งหลายคนจนแน่นบริเวณหน้าหอผู้ป่วย เป็นความ  
ทุกข์ทรมานจิตใจทั้งของตัวผู้ป่วยและญาติเป็นอย่างมากเมื่อทราบกฎระเบียบ  
และข้อกำหนดต่างๆที่ต้องแยกผู้ป่วยให้อยู่คนเดียวโดยไม่มีญาติเฝ้า มีการจำกัด  
การเยี่ยมของญาติ อีกทั้งญาติที่เข้าเยี่ยมต้องใส่เครื่องป้องกันร่างกายทางการ  
แพทย์ซึ่งอาจจะดูแปลกแตกต่างไปจากการเข้าเยี่ยมผู้ป่วยของหอผู้ป่วยอื่นๆ  
เมื่อทราบเช่นนั้นแล้วผู้ป่วยดูมีอาการกระสับกระส่ายและหอบเหนื่อยมาก  
สีหน้าของญาติก็ดูกังวลอย่างที่สุด แต่เหนือสิ่งอื่นใดพยาบาลไม่ได้ดูแล  
แค่ร่างกายของผู้ป่วย ยังต้องคำนึงถึงจิตใจของผู้ป่วยและญาติด้วยเช่นกัน  
พยาบาลเราจะช่วยอะไรได้บ้าง

กฎมีไว้แหกใจหรือไม่ ณ เวลานั้น คำตอบคือ “ใช่” แต่เมื่อคิดจะ  
แหกกฎก็ต้องปลอดภัยด้วยเช่นกัน ดังนั้นสิ่งที่ทำได้คืออนุญาตให้สามีของ  
ผู้ป่วยอยู่เฝ้าผู้ป่วยได้ แต่ก่อนที่จะให้สามีอยู่เฝ้าได้นั้น พยาบาลได้สอนวิธีการ  
สวมใส่เครื่องป้องกันร่างกายอย่างเข้มข้นและได้แจ้งถึงความเสี่ยงที่สามีผู้ป่วย  
อาจได้รับ เช่น ความเสี่ยงที่จะติดเชื้อไวรัสโรค สามีของผู้ป่วยยอมรับความเสี่ยง  
ที่จะเกิดขึ้น ขอเพียงเขาได้อยู่กับภรรยาที่รักในวาระสุดท้ายเช่นนี้ เขาไม่อยาก



หึ่งเธอไปแม้แต่เสี้ยววินาทีเดียวเพราะเขาไม่รู้ว่าความตายจะมาถึงตอนไหน เวลาไหน แต่ก็รู้ว่าความตายนั้นมีอยู่จริงและกำลังืบคลานเข้ามาหาภรรยาของเขา ข้าพเจ้าได้ฟังดังนั้นก็คิดว่าในความโศคร้ายที่ต้องพบเจอกับโศคร้ายของผู้ป่วยท่านนี้ ก็ยังมีความโชคดีแฝงอยู่ คือเธอไม่ได้เผชิญความทุกข์ทรมานอย่างโดดเดี่ยว ในวาระสุดท้ายของชีวิตที่ต้องจากกันของคนทีรัก อะไรที่ผู้ป่วยและญาติและคนที่รักกันต้องการมากที่สุดเมื่อต้องถึงวันลาจากไปไม่มีวันที่จะกลับมาเจอกันได้อีก สิ่งนั้นก็คงหนีไม่พ้น การใช้ทุกวินาทีที่เหลืออยู่ให้คุ้มค่าที่สุดกับคนที่รัก ถึงแม้ว่าจะทำได้เพียงการนั่งข้างๆ เฝียงและกุมมือกันไว้ทั้งคืน การได้พูดคุยสะสางสิ่งที่ค้างค้างในใจของทั้ง 2 คน การได้กล่าวลาจากกันเมื่อถึงวาระสุดท้าย นั่นคงเป็นความสุขที่หาได้ในเวลาที่จำกัดเช่นนี้ หลังจากที่สามารถได้อยู่เฝ้าผู้ป่วยตลอดทั้งคืนนั้น ข้าพเจ้าสังเกตว่าผู้ป่วยดูสงบลง ไม่กระสับกระส่ายมาก และสามารถที่จะเอนหลับลงนอนได้มากขึ้น และคำพูดที่ว่า “ฉีดยาให้หนูตายเถอะ หนูไม่ไหวแล้ว” ก็ค่อยๆ ห่างออกไป ณ เวลานั้นทำให้ข้าพเจ้าเข้าใจได้เลยว่าอะไรก็คงไม่สำคัญเท่าความรัก ความอบอุ่น มีสิ่งยึดเหนี่ยวจิตใจที่จะนำพาเธอก้าวผ่านความทุกข์ทรมานทางกาย และทำให้จิตใจสงบลง

เข้ามิดของวันนั้นพ่อแม่ของเธอได้มาเยี่ยม พ่อได้กอดเธอไว้ และเธอก็ได้พูดประโยคเดิมอีกครั้ง “ฉีดยาให้หนูตายเถอะ หนูไม่ไหวแล้ว” ซึ่งครั้งนี้เป็นครั้งสุดท้ายที่เธอพูดประโยคนี้ หลังจากหมอได้ปรับมอร์ฟินให้ เธอเริ่มสงบลงอีกครั้ง และได้จากไปท่ามกลางพ่อแม่และสามีอันเป็นที่รัก แยกโรคแต่ไม่แยกรัก ขอให้เธอไปสู่สุคติ

รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2562



# อยู่หรือไป ใครตัดสิน

สุวรรณา กันนะลา

งานการพยาบาลศัลยศาสตร์ฯ

ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช

“

ธรรมดาของชีวิตมนุษย์คือ เกิด แก่ เจ็บ และตาย แต่ชีวิตบางคนยังไม่แก่ ต้องตายก่อนก็มี ชีวิตคนเราไม่ว่าจะยากดีมีจน ร่ำรวยสิ้นฟ้า หรือแค่คนที่นอนข้างถนน ล้วนต้องตายด้วยกันทั้งสิ้น ขึ้นกับว่าใครจะตายช้าหรือเร็ว แล้วแต่บุญกรรมที่ทำกันมา หากมีคนถามดิฉันว่าความหมายของชีวิตคืออะไร? ดิฉันก็ขอเปรียบเปรยว่า “ชีวิตคือการเดินทาง” เดินทางไปบนเส้นทางแห่งความไม่แน่นอน รูปแบบการเดินทางของชีวิตแต่ละคนก็แตกต่างกันไป หลายๆ ครั้งเราเดินทางไปเจอกับทางตัน ที่ทำให้เราต้องถอยมาตั้งหลัก แล้วค่อยหาเส้นทางเดินใหม่ หลายๆ ครั้งเราก็ถึงทางแยก ทางแยกที่ต้องตัดสินใจว่าควรเลือกไปเส้นทางไหนดี แต่ก็อย่างงี้ที่ทุกคนคงทราบกันดีว่า “การเดินทางบนเส้นทางนี้ มันเป็นเส้นทางที่ไม่แน่นอน” เราไม่มีทางรู้ได้เลยว่าเส้นทางที่เราเลือกข้างหน้าจะเป็นอย่างไร การที่ดิฉันได้ทำงานเป็นพยาบาล ทำให้ดิฉันได้เห็นการเดินทางมาถึงทางแยกของผู้คนมากมาย ทางแยกที่เล็กบ้างใหญ่บ้าง รวมถึงการเดินทางที่มาถึงทางแยกบนถนนเส้นใหญ่ของชีวิตผู้ชายคนหนึ่ง ที่สอนให้ดิฉันได้เข้าใจกับความหมายของ การตัดสินใจเลือก

ทางเดินของชีวิต

ชายคนหนึ่งมีอาชีพการงานที่มั่นคง มีภรรยาที่น่ารัก และลูกแฝดเล็กๆ 2 คน ด้วยวัยเพียง 41 ปี เขาได้รับการตรวจพบว่าเป็นมะเร็งตับ ความหวังของเขาได้รับการแก้ไขเบื้องต้น ด้วยการตัดตับเดิมออก แล้วนำตับจากผู้บริจาคใส่เข้าไปแทน แต่แล้วความหวังที่เพิ่งเกิดขึ้นมานั้นได้ดับวูบลง เมื่อผลพยาธิวิทยาของตับเดิมพบว่ามีการกระจายของมะเร็งไปทั่วร่างกาย ต้องได้รับการฉายรังสีและยาเคมีบำบัด ความหวังเริ่มริบหรี่ แต่เขาก็ลุกขึ้นสู้พร้อมรับการรักษาทุกอย่างเพื่อครอบครัว จากนั้นเขาต้องเข้าออกโรงพยาบาลบ่อยครั้งด้วยเรื่องอาเจียนเป็นเลือด ปวดท้อง รับประทานอาหารไม่ได้ จนล่าสุดเขามีปัญหาแน่นอึดอัดท้องมาก ไม่ผายลม ไม่ถ่ายอุจจาระ ต้องนอนโรงพยาบาลอีกครั้ง คราวนี้เขาได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคทางเดินอาหารอุดตัน ต้องได้รับการผ่าตัด แต่ด้วยร่างกายของเขาที่ซูบผอม แก้มตอบ ตาลึกโหลจากการที่ร่างกายขาดสารอาหารมานาน เพราะรับประทานอาหารไม่ได้ ร่วมกับการกระจายของมะเร็งเข้าสู่ระยะสุดท้าย ทำให้ผลของการผ่าตัดอาจออกมาไม่ดีถึงอาจเสียชีวิตขณะผ่าตัด แต่อาการปวดท้องทำให้เขาทุกข์ทรมาน แล้วจะทำอย่างไรให้เขาพ้นจากความทรมานนี้ ทั้งความเจ็บปวดทางกายและความเจ็บปวดทางใจ

กลางดึกคืนหนึ่ง หลังจากที่ข้าพเจ้าเข้าไปตรวจเยี่ยมตามปกติของเวรตึก เขาดูวิตกกังวล นอนไม่ได้ เขาบอกว่านอนไม่หลับ จึงแนะนำให้เขารับประทานอาหารนอนหลับ แต่เขาปฏิเสธ หลังจากที่พูดคุยเพื่อคลายความกังวล เขาขอพบแพทย์ผู้รักษา หน้าที่ของเราจึงทำหน้าที่ประสานงานให้ เมื่อแพทย์

เข้าไปพบ เขาอยากทราบถึงแนวทางการรักษาอีกครั้ง แพทย์ได้อธิบายเรื่องความเสี่ยงหากต้องผ่าตัด หลังได้ฟังคำแนะนำ เขาเอ่ยประโยคหนึ่งว่า “หรือว่าผมจะกลับไปสงบที่บ้านดี” ประโยคนี้ฟังดูแล้วชวนให้หดหู่อย่างยิ่ง แต่ก็ทำให้เราทราบได้ว่า เขายอมรับในภาวะโรคที่เขาเป็นได้ ต่อมาเขาได้เอ่ยอีกประโยคที่ดูเจ็บปวดมากกว่าคือ “แต่ภรรยาอยากให้มีมัส ผมขอสู้อีกภรรยาอีกครั้ง” แพทย์รับปากจะไปรายงานอาจารย์แพทย์อีกครั้ง ขอให้ผู้ป่วยนอนก่อน ความรู้สึกของข้าพเจ้าในตอนนั้น อยากเปิดธรรมะหรือบทสวดมนต์ให้เขาฟัง แต่กลัวว่าเขาจะรับไม่ได้ หรืออาจแสดงความเสียใจออกมา ซึ่งเขาคงไม่อยากให้เราเห็น สิ่งที่ข้าพเจ้าทำคือ ตะแคงให้กำลังใจพร้อมรับปากว่า จะติดต่อประสานงานให้แพทย์คุยกับภรรยา จากนั้นเขาดูสงบได้ ไม่ร้องปวดแน่นท้องอีก แต่ในความเป็นจริงเขาต้องนอนไม่หลับและเจ็บปวดทั้งทางกายและใจแน่ ทางเลือกของเขาคืออะไร ภรรยาบอกให้เขาสู้อัตถ์ตัวเองอยากไปสงบที่บ้าน อยากกลับไปใช้ชีวิตที่เหลือกับครอบครัว

คิดอีกด้านของภรรยา การที่เรารักใคร่สักคน เราก็อยากให้คนคนนั้นอยู่กับเราไปตลอด แต่ถ้ามีวันหนึ่ง คนๆนั้นกำลังจะจากเราไปตลอดกาล เราจะรู้สึกอย่างไร เราจะทำทุกวิถีทางให้เขาอยู่กับเราหรือไม่ หรือปล่อยให้เขาไปเพื่อที่เขาจะไม่ต้องทรมานอีก มันเป็นเรื่องยากที่ต้องตัดสินใจ เราจะเลือกให้เขาเจ็บปวดน้อย แต่ไปเร็วขึ้นหรือเจ็บปวดมากแต่ไปช้าลง หรืออาจจะเจ็บปวดมากและไปเร็วขึ้น แต่ไม่ว่าทางเลือกแบบไหนเขาก็ต้องไปสู่สุดท้ายทุกคนก็ต้องเสียใจอยู่ดี

ข้าพเจ้าต้องทำอย่างไร ให้เรื่องนี้จบลงได้ “อยู่หรือไป ใครตัดสินใจ”

หน้าที่ของเราคือการประสานงานให้ทุกฝ่ายทำความเข้าใจให้ถูกต้องเกี่ยวกับภาวะของโรค ผลที่ผลเสียจากการผ่าตัด แล้วให้ทั้งเขาและภรรยาตัดสินใจร่วมกันในการเลือกทางเดินของชีวิต

อีกหนึ่งวันต่อมา ภรรยาของเขาได้มาติดต่อขอพาผู้ป่วยกลับบ้าน บอกว่าได้พูดคุยกับอาจารย์แพทย์เรียบร้อยแล้ว รับทราบภาวะของโรค ตอนนั้นข้าพเจ้าอยากบอกกับภรรยาของผู้ป่วยเหลือเกินว่าทำถูกต้องแล้ว เราควรเคารพในการตัดสินใจของตัวผู้ป่วยเอง ไม่ว่าเราจะรักแค่ไหน อยากให้อยู่แค่ไหน แต่เราจะสู้กับความตายได้อย่างไร นอกจากยอมรับและทำใจกับทุกๆ สิ่งที่กำลังจะเกิดขึ้น หน้าที่ที่สำคัญที่สุดของพยาบาลอย่างเราคือ การแนะนำแนวทางการดูแลผู้ป่วยที่อยู่ในระยะสุดท้าย นั่นคือการให้แนวทางการดูแลที่ครบถ้วนในทุกองค์รวม ไม่ว่าจะเป็นด้านร่างกาย จิตใจ จิตวิญญาณของผู้ป่วยและผู้ดูแลให้สามารถยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้นได้ และเผชิญกับความตายได้อย่างสงบสุข



รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2562



ความภาคภูมิใจ  
ของชายชาติทหาร

ณัชชา วงษ์บุญเพ็ง  
โรงพยาบาลสระบุรี



“

กรี๊ดๆ เสียงโทรศัพท์ดังขึ้น ต่อด้วยเสียงหัวหน้าเวรบายสั่งลูกน้องว่ามีรับไหมให้เตรียมเตียงหนึ่งไว้ด้วย อาคารค่อนข้างหนัก ฉันทันฐานะหัวหน้าเวรตึก ได้รับการส่งเวรมาว่าคนไข้ใหม่ที่จะมาเป็นคนไข้มะเร็งตับระยะสุดท้าย และสงสัยว่าจะแตกแล้วด้วย งานเข้า!! ในใจคิด แผนการดูแลคนไข้ระยะท้ายเหมือนถูก Download โดยอัตโนมัติ สิ่งหนึ่งคือคงต้องคุยกับญาติให้เร็วที่สุด เพราะจากประสบการณ์คนไข้คงอยู่ได้ไม่เกิน 2 วัน

สักพักคนไข้ก็ขึ้นมาบนตึก ดูเหนื่อยเพลียท่าทางอ่อนแรงและเริ่มมีอาการปวดบ้าง น้องพยาบาลรับคนไข้ลงเตียงและให้ออกซิเจน สักครู่หลังจากที่เรารับเวรเสร็จ ฉันได้เชิญญาติมาสอบถามประวัติโดยแยกตัวออกมานั่งคุยกันข้างนอกห่างจากจุดที่ทุกคนกำลังยุ่งกับการดูแลคนไข้

“น้องเป็นอะไรกับคนไข้คะ” ฉันถามถึงความสัมพันธ์

“เป็นลูกสาวค่ะ แม่และพี่สาวกลับบ้านไปแล้วจะมาใหม่ในตอนเช้าค่ะ”

“น้องมีพี่น้องกี่คนคะ”

“สองคนค่ะ”

เพื่อให้แน่ใจถึงการรับรู้เรื่องโรคของคนไข้จึงได้ถามว่า”น้องรู้หรือเปล่าคะ ว่าพ่อเป็นโรคอะไร”

“รู้ค่ะหมอบอกว่าพ่อเป็นมะเร็งตับระยะสุดท้ายสงสัยจะแตกแล้วด้วย พ่อก็รู้ค่ะ หมอบอกว่ารักษาไม่ได้ รักษาได้แค่ประคับประคองค่ะ ทุกคนในครอบครัวรับรู้เรื่องนั้นกันหมดแล้ว หมอบอกว่าจะอยู่ได้ไม่นาน เราเลยคุยกันในครอบครัวว่าจะไม่ใส่ท่อช่วยหายใจ และไม่มัดหัวใจค่ะ” ลูกสาวเล่าโดยมี น้ำตาคลอ

หลังจากนั่งรับฟัง ฉันได้เริ่มคุยเพื่อหาเป้าหมายร่วมในการดูแล “ถึงแม้ว่าเราจะไม่สามารถรักษาโรคของคนไข้ได้ แต่เราสามารถช่วยทำให้คนไข้ไม่ทรมานจากอาการต่างๆ เรามาช่วยกันทำให้คนไข้จากไปอย่างมีความสุขและไม่ทุกข์ทรมานดีไหม ซึ่งเราต้องมาร่วมมือกัน น้องรู้หรือเปล่าว่า พ่อเขามีสิ่งที่ยากทำหรือสิ่งค้างคาใจ ยังห่วงกังวลอยากทำให้สำเร็จมีเรื่องอะไรบ้าง เพราะเราเชื่อว่าถ้าคนไข้ไม่มีสิ่งค้างคาใจเขาจะได้จากไปอย่างมีความสุขหมดความห่วงกังวล”

ลูกสาวคิดสักครู่ก่อนบอกว่า “เรื่องห่วงหวนสองคนกับแม่คงไม่มีหรอกค่ะ หนูเรียนจบมีงานทำกันทั้งสองคน ส่วนพี่สาวก็มีครอบครัวแล้ว แต่มีสิ่งหนึ่งที่พ่อภาคภูมิใจมากคือการได้ติดยศเพราะเขาทุ่มเททำงานเขาคงจะภาคภูมิใจมาก พ่อรอมาทั้งชีวิตค่ะ”

คำว่าความปรารถนาครั้งสุดท้าย แวบมาในความคิดฉัน “แล้วจะได้ติดยศเมื่อไหร่”

ลูกสาวตอบ “อาทิพย์หน้าค่ะ เจ้านายใหญ่ของพ่อเขาไปต่างประเทศ”

“พี่เกรงว่าพ่อคงจะอยู่รอไม่ไหว หากเป็นไปได้ เรามาช่วยให้พ่อได้  
สมหวังในเรื่องนี้ดีไหม พี่คิดว่า พรุ่งนี้เข้าไปคุยกับหัวหน้าพ่อได้หรือเปล่า  
ว่าพ่ออาการหนักมากขึ้น ขอให้ช่วยพ่อเป็นครั้งสุดท้าย คือ ถ้าเป็นไปได้ขอร้อง  
ให้เขามาติดยศให้พ่อที่โรงพยาบาลได้ไหม พ่อคงจะรู้สึกดีมาก ที่ช่วยให้พ่อ  
ได้สมหวังและภาคภูมิใจ”

ลูกสาวมีรอยยิ้ม “คะพี่ หนูจะไปคุยกับแม่คะ”

ฉันให้ความมั่นใจว่าพร้อมจะช่วยคนไข้ “ระหว่างนี้ถ้ามีปัญหาข้อสงสัย  
กังวลใจเกี่ยวกับอาการ หรือภาวะโรคหรือมีสิ่งใดให้พี่ช่วยเหลือก็บอกได้นะ  
พี่ยินดีค่ะ”

แม้ใช้เวลาเพียงไม่นาน แต่เราต่างมีความเข้าใจถึงเป้าหมายเดียวกัน  
ที่จะช่วยให้คนไข้ได้ภาคภูมิใจ ตลอดการทำงานในเวรนั้น ฉันครุ่นคิดตลอดว่า  
จะช่วยเขาอย่างไรดี ถ้าไม่เป็นที่ตามแผนที่วางไว้ เราอาจต้องบุกไปถึง  
ค่ายทหารหรือเปล่านะ เอาไว้เป็นวิธีสุดท้ายละกัน เวลาประมาณตีสามกว่าๆ  
คนไข้บอกปวดมากจึงฉีดยาแก้ปวดให้ตามที่หมอสั่งไว้ หลังจากนั้นคนไข้  
หลับได้จนถึงเช้า

รุ่งเช้าหลังจากที่เราทำงานเสร็จ ภรรยาคนไข้ก็มาพอดี ฉันได้ชวนลูกสาว  
มาคุยพร้อมภรรยาคนไข้ ซึ่งได้เล่าทั้งน้ำตาว่า วันที่สามได้รับโทรศัพท์จากที่  
ทำงานว่าจะได้ติดยศ เขาเปลี่ยนไปจากคนที่อ่อนเปลี้ยไม่มีแรงเอาแต่นอน  
บนเตียงเพราะท้องเริ่มบวมโตและอืดมากขึ้น มาเป็นคนที่สามารถลุกขึ้นมา  
รีดเสื้อผ้าและลองชุดที่จะใส่ติดยศด้วยสีหน้าซึ่งยิ้มแย้มมีความสุขแล้วยังพูด  
ติดตลกว่า “ไม่รู้จะใส่ได้เปล่าพุงมันออกเยอะ” ภรรยาบอกว่า “สามีเป็นคนดี

ไม่เคยว่าลูกเมียให้เจ็บช้ำน้ำใจ ตั้งใจทำงานมาก และรอมาทั้งชีวิตว่าจะได้  
ติดยศในครั้งนี้ มันเป็นเรื่องที่เขาภาคภูมิใจมาก เย็นวันที่ได้ข่าวดีตัวเขาเริ่มมี  
อาการปวดอึดอัดแน่นท้องมากขึ้น เขาอดทนมาก บอกว่าจะไม่ยอมมาโรงพยาบาล  
แต่ฉันกับลูกสาวขอร้องให้มาเพราะคุณอาการไม่ดีขึ้น เขาจึงยอมมา”

ฉันได้ทบทวนเรื่องที่คุยกับลูกสาว “เรื่องติดยศ หนูเกรงว่าคนไข้จะรอ  
ไม่ไหว คุณป้าลองไปคุยกับหัวหน้าเขาได้หรือเปล่าว่าคนไข้อาการหนักมาก  
จะรอไม่ไหว ถ้าขอร้องให้ท่านมาติดยศให้ที่โรงพยาบาลได้จะดีมาก หรือ  
ทำอย่างไรก็ได้ที่ทำให้คนไข้รู้สึกว่าเขาได้ติดยศแล้ว คนไข้เขาจะได้จากไป  
อย่างภาคภูมิใจและมีความสุข เรามาช่วยกันทำให้คนที่เรารักมีความสุข  
ทำความต้องการครั้งสุดท้ายของคนไข้ให้เป็นจริงกันนะคะ”

ภรรยา “คะ เตียวเขานี้จะโทรไปคุยกับท่าน”

แล้วเราก็แยกย้ายกันเพราะใกล้เวลาที่ฉันจะต้องส่งเวรแล้ว ในใจ  
ก็คิดว่าน่าจะขอให้สำเร็จทีเถิด ฉันได้ส่งต่อให้น้องเวรเข้ารับรู้อเรื่อง  
ความปรารถนาของคนไข้ ให้ทีมเราช่วยกันทำให้ครอบครัวได้ทำตาม  
ความต้องการดังกล่าว เมื่อฉันกลับมาขึ้นเวรดึกอีกครั้งก็พบว่า เตียงคนไข้  
ว่างเปล่าเสียแล้ว ฉันรู้สึกใจหาย รีบไปถามข้อมูลกับน้องๆ น้องต่างเล่าให้ฟัง  
ว่าในเวรเช้าหลังจากรับเวรเสร็จ ภรรยาได้มาแจ้งว่าเจ้านายรับทราบอาการ  
และความต้องการของผู้ป่วยแล้ว เจ้านายพร้อมที่จะช่วยให้ความฝันของคนไข้  
เป็นจริง และจะเดินทางมาติดยศให้ผู้ป่วยที่โรงพยาบาลเวลาประมาณ 4 โมง  
เย็น ช่างเป็นข่าวดีที่ทำให้ทีมพยาบาลต่างตื่นเต้นดีใจกัน น้องพยาบาลได้  
ไปแจ้งคนไข้ให้รับรู้และร่วมแสดงความยินดีกับคนไข้ น้องเล่าว่า พอได้รับข่าวดี

ว่าเจ้านายจะมาติดยศให้ที่โรงพยาบาล คนไข้มีสีหน้าสดชื่น ยิ้มแย้ม ดุมี  
ความสุข แล้วยังหายใจได้โดยไม่ต้องใส่ออกซิเจนขณะเตรียมเปลี่ยนเสื้อผ้า  
ให้พร้อมรับการติดยศ ดูท่าทางคนไข้ไม่อ่อนแรง หรือแสดงอาการเหนื่อย  
หรือเพลีย ราวกับเป็นคนคนละคน ฉันคิดว่า ชาวดีนี่เป็นพลังวิเศษที่เยียวยาคนไข้  
ได้เป็นอย่างดี ...พลังสุดท้าย...

น้องเล่าต่อว่า ท่ามกลางญาติพี่น้อง ภรรยา ลูกสาวทั้งสองคน และ  
หลานที่คนไข้รักมาก ต่างมาร่วมยินดีกับผู้ป่วยอย่างพร้อมเพรียง ทีมพยาบาล  
เปิดโอกาสให้ครอบครัวและญาติพี่น้องได้ดูแลกันอย่างใกล้ชิด เพราะอาจเป็น  
โอกาสสุดท้ายที่พวกเขาเหล่านั้นจะได้พูดคุยแสดงความรัก และถ่ายทอด  
ความรู้สึกดีๆ ที่มีต่อกัน ให้พวกเขาได้ใช้เวลาอยู่ร่วมกันให้นานที่สุด

เวลาประมาณบ่ายสามภรรยาแจ้งว่าเจ้านายเดินทางมาถึงแล้ว พวกเรา  
จึงช่วยอำนวยความสะดวกจัดสถานที่ตามที่ต้องการและได้เข้าไปร่วมยินดี  
กับคนไข้ด้วย ในตอนนั้นคนไข้ยังรู้สึกตัว สีหน้ามีรอยยิ้ม ดูสงบผ่อนคลาย  
พอติดยศเสร็จ หลังจากเจ้านายกลับไป เวลาเกือบห้าโมงเย็น คนไข้ก็เริ่ม  
ซึมลง ความดันโลหิตต่ำลงเรื่อยๆ ระหว่างนั้นน้องพยาบาลที่ดูแลได้อธิบาย  
อาการเปลี่ยนแปลงกับญาติ ซึ่งต่างมารวมกันที่เตียง น้องให้ญาติได้กล่าวลา  
ภรรยาบอกคนไข้ถึงสิ่งดีๆ ที่คนไข้เคยทำและมีความสุข ญาติบางคนกล่าว  
ขอให้คนไข้ ไปสู่สุคติ และได้ส่งเสียง พุทโธ พุทโธ ที่ข้างหูคนไข้ จนถึงเวลา  
เกือบสองทุ่มครึ่ง ลมหายใจแผ่วลงจนหมดลมหายใจ คนไข้จากไปอย่างสงบ  
ท่ามกลางความรักความอบอุ่นของญาติพี่น้อง และความภาคภูมิใจของ  
ชายชาติทหารคนหนึ่ง

พอได้ฟังน้องเล่าจบฉันรับรู้ถึงความปิติของน้องๆ รวมถึงตัวฉันเอง  
ในใจไม่คิดว่าเจ้านายเขาจะใจดีขนาดนี้ พวกเราดีใจมากที่คนไข้ได้สมปรารถนา  
ครั้งสุดท้าย

ขอบคุณอะไรก็แล้วแต่ที่ทำให้เรื่องราวดีๆเหล่านี้เกิดขึ้น ในฐานะ  
พยาบาล สิ่งดีๆ ที่เกิดขึ้นในครั้งนี้เป็นกำลังใจสำคัญที่ทำให้เรามีความสุข  
และเป็นแรงผลักดันอย่างมากที่ทำให้พยาบาลอย่างฉัน มีพลังที่อยากดูแล  
ผู้ป่วยแบบประคับประคองต่อไป

ที่ผ่านมา..ภาระงานที่มากทำให้เราเร่งรีบและเรามักมุ่งเน้นการดูแล  
ทางกายเป็นสำคัญ แต่บทเรียนจากคนไข้รายนี้ จะทำให้เราและทีมเข้าใจ  
เรื่องการดูแลแบบองค์รวมที่ยึดผู้ป่วยเป็นศูนย์กลางมากขึ้น เวลาเพียงน้อยนิด  
ไม่ได้เป็นอุปสรรคในการพูดคุยค้นหาความต้องการของคนไข้หรือครอบครัว  
หากเราสนใจ ใส่ใจและเข้าใจ ความดีที่ทำ แม้ไม่มีใครเห็น แต่เป็นความอึดใจ  
ความสุขใจที่เยียวยาพวกเราได้เป็นอย่างดี



รางวัลชมเชย  
เรื่องเล่าจากใจ ประจำปี 2562



เมื่อความสุข ...  
สำคัญกว่า  
ดัชนีทางการแพทย์

อภิชนา วรพันธ์



“

ชีวิต...เป็นสิ่งที่ไม่แน่นอน อะไรก็เกิดขึ้นได้เสมอ แม่จะป้องกันให้ดี  
อย่างไรก็ตาม สิ่งที่เราจะทำได้ก็จะเป็นการเตรียมตัวเองให้พร้อมที่จะรับมือกับ  
ความเปลี่ยนแปลงใดๆ

ช่วงต้นปี 2561 คุณแม่วัยย่าง 85 ปี ยังมีสุขภาพแข็งแรงดี ไปไหนมา  
ไหนได้คล่อง โดยมีคนที่บ้านไปเป็นเพื่อนด้วย แม่จะมีภาวะเบาหวานของ  
ผู้สูงอายุ และภาวะอัลไซเมอร์เริ่มปรากฏชัดมากขึ้น แต่คนภายนอกก็อาจ  
ไม่ทราบ นอกจากเห็นว่าถามซ้ำๆ แบบคนสูงอายุ

ช่วง 8 พฤศจิกายน 2561 ช่วงเช้าคุณแม่ไปเจาะเลือดเพื่อตรวจร่างกาย  
ขณะกลับบ้านกับคนดูแลก็เกิดหมดสติ ปัสสาวะ-อุจจาระราดโดยไม่รู้ตัว  
แต่สักพักก็รู้สึกตัวขึ้นมาเอง คุณแม่ไม่ยอมไปโรงพยาบาล เจ้าหน้าที่กู้ชีพ  
จึงพาไปส่งที่บ้าน วันนั้นฉันคุยกับคุณแม่เรื่องสิ่งที่เกิดขึ้นนั้นอาจเป็นสัญญาณ  
เตือนถึงความไม่แน่นอนของชีวิต และหารือกันว่าเราคงต้องเตรียมตัวเพื่อ  
รับความเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่จะเริ่มทยอยเข้ามา อาทิ การเพิ่มชื่อลูกๆ ในบัญชี  
ธนาคาร หากคุณแม่ทำธุรกรรมทางการเงินไม่ได้ รวมทั้งคุยเรื่องการวางแผน

หากจะต้องเสียชีวิต หลังจากวันนั้นฉันก็ได้นำรูปคุณแม่ไปอัดขยาย และเตรียม กรอบรูปไว้ด้วย โดยที่คุณแม่ก็เห็นชอบกับรูปที่ฉันเลือก

หลังจากเหตุการณ์ครั้งนั้นภาวะของผู้ป่วยอัลไซเมอร์ก็ปรากฏชัด มากขึ้น แต่ก็ยังทำกิจวัตรต่างๆ ได้ตามปกติ แนวทางที่ฉันดูแลคุณแม่คือ เน้นเรื่องความสุข ความต้องการของคุณแม่เป็นหลัก เช่น คุณแม่ชอบกินทุเรียน และช่วงหลังจะขอตีมน้ำอัดลม 2-3 แก้วเล็กทุกวัน ฉันก็ตามใจคุณแม่ เพียง แต่หาทุเรียนที่ห่ามเล็กน้อย จะได้ไม่หวานมาก ถึงผลเลือดจะมีค่าน้ำตาล สูงกว่าเกณฑ์ไปบ้าง แต่ถ้าแลกกับความสุขของคนวัย 85 ปี ที่บอกลูกๆ เสมอ ว่า “แม่ก็อายุตั้ง 85 ปี อีกไม่นานแม่ก็ตายแล้ว กินอร่อยดีกว่า” ฉันก็เห็นด้วย เพราะคุณแม่ก็ทราบผลที่จะตามมา แต่ก็ขอเลือกทำแบบที่ตัวเองต้องการ

ณ เวลานี้ คุณแม่ยังได้ลิ้มรสความอร่อยด้วยลิ้น ฉันจะเห็นความสุข ของคุณแม่ได้เลยเมื่อได้กินของถูกปาก แต่ถ้าฉันไปควบคุมชนิดของอาหาร อย่างเคร่งครัดเพื่อรักษาดัชนีทางการแพทย์ คุณแม่ก็คงไม่ได้ลิ้มรสอาหาร ที่อยากกิน แถมมีความหงุดหงิดอยู่เสมอ แต่เมื่อเวลาผ่านไป “เกินจุด” ที่คุณแม่จะกินเองได้แล้ว อาหารอร่อยที่คุณแม่อยากกินนั้น ก็คงได้แต่จัดถวาย พระ ในมุมมองของฉัน จึงให้คุณแม่กินสิ่งที่อยากกินประมาณหนึ่ง ไม่เคร่งครัด จนคุณแม่หมดความสุข เราก็จะเห็นความสุขของคุณแม่ได้ทุกวัน

ช่วงเดือน สิงหาคม 2562 ในเดือนนี้คุณแม่มีการ “ซ้อมตาย” 2 ครั้ง ขณะที่นั่งรอตรวจตามนัดอยู่หน้าห้องคุณหมอ กำลังคุยกับคนที่บ้านอยู่ดีๆ ก็หมดสติจนต้องถูกส่งตัวไปห้องฉุกเฉิน ในระดับความฉุกเฉินที่ 1 แต่ไม่นาน ก็รู้สึกตัว และอีกสัปดาห์ถัดไป เมื่อไปหาคุณหมอดตามนัด หมดสติรับยาาก็เกิด

หมดสติจนต้องถูกส่งไปห้องฉุกเฉินอีก ครั้งนี้ระดับความฉุกเฉินที่ 2 และก็รู้สึกตัวในเวลาไม่นาน ทั้ง 2 ครั้งนี้ไม่ต้องนอนโรงพยาบาล แต่ทั้ง 2 ครั้งนั้น ทำให้ฉันเห็นความถดถอยของสังขารของคุณแม่มากขึ้น เห็นความไม่แน่นอนของชีวิตมากขึ้น

ตั้งแต่ปลาย สิงหาคม 2562 เป็นต้นมา คุณแม่กินอาหารแต่ละมื้อได้น้อยลงมาก โดยคุณแม่ก็บอกว่าไม่ยอมให้ Feed อาหาร จะพยายามกินเองดีกว่า แต่ก็กินได้ไม่มาก กินเท่าที่กินได้ ซึ่งฉันก็เข้าใจดีว่าเป็นความถดถอยของร่างกาย จึงไม่ได้พยายามฝืนให้กินเหมือนที่เคยกิน เพราะจะทำให้คุณแม่หงุดหงิด และหมดความสุข

และเนื่องจากช่วงที่ผ่านมาคุณแม่มีอาการหมดสติติดๆ กัน และมักบ่นเหนื่อยมากขึ้น ซึ่งก็เป็นไปได้มากกว่าจะมีภาวะดังกล่าวเกิดขึ้นได้อีก หากเกิดที่บ้านและมีความรุนแรง ก็อาจเสียชีวิตได้ ซึ่งฉันคิดว่าถ้าเป็นลักษณะนี้คุณแม่ก็คงเหมือนหลับไป คล้ายกับสามีของฉันที่มีภาวะหัวใจขาดเลือดเฉียบพลันขณะนอนหลับ ซึ่งฉันได้เห็นแล้วว่า เป็นการเดินทางที่สบาย และสงบมาก

ฉันจึงดูแลคุณแม่ในแบบที่ยึดความสุขของคุณแม่เป็นหลัก พยายามทำความเข้าใจสภาพร่างกายของคนวัย 85 ปี โดยไม่ได้กังวลกับการจะต้องเคร่งครัดกับดัชนีทางการแพทย์ หรือค่าตัวเลขต่างๆ มากเกินไป และพยายามเตรียมตัว เตรียมใจ และเตรียมการต่างๆ ไว้ล่วงหน้า เพราะจะทำให้เรารับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นได้อย่างไม่ยุ่งยากนัก อีกทั้งเราจะไม่รู้สึกทุกข์จนเกินไป เพราะผ่านการยอมรับของใจมาแล้วระดับหนึ่ง



ขอเพียง...  
ยังมีหวัง

ศิริณี จันทรีเพชร

ศูนย์อนันตชีวรักษ์ โรงพยาบาลเจริญกรุงประชารักษ์

“

เมื่อยังมีชีวิต ทุกคนย่อมมีความหวัง เพราะความหวังคือพลังผลักดัน ให้เข้มแข็ง สามารถฝ่าฟัน อุปสรรคนานาประการ เพื่อถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้ เช่น คุณลุงท่านหนึ่งที่มีความหวังสุดท้ายของชีวิตคือ การกลับไปตายที่บ้านเกิด แม้จะดูยากลำบาก แต่ก็พร่ำบอกทุกคน ทุกวัน ถึงความปรารถนาอันแรงกล้านี้

คุณลุงอายุ 70 ปีเศษแล้ว ป่วยด้วยโรคมะเร็งผิวหนัง ลุกกลามไปมากถึง ต่อม้ำเหลืองขาหนีบ คุณลุงปฏิเสธการตัดขาตั้งแต่แรก หนีการรักษามานาน จนถึงขณะนี้ไม่สามารถรักษาได้อีก คุณหมอทำได้เพียงการรักษาตามอาการ และชะลอการลุกลามอันรวดเร็ว ที่คุกคามต่อชีวิตคุณลุง ด้วยการฉายรังสี เป็นระยะจนพอควบคุมอาการได้ ไม่ปวด แผลไม่มีเลือดออก ไม่ติดเชื้อเพิ่ม

คุณลุงนอนโรงพยาบาลเป็นเวลานานกว่า 3 เดือนแล้ว ด้วยการใช้สิทธิ์ ฉุกเฉิน ประกันสุขภาพโรงพยาบาลรัตนวาปี หนองคาย สิ่งที่ค้างคาใจและ ปรารถนาสูงสุดคืออยากกลับบ้านทุกวัน แต่ไม่สามารถติดต่อญาติได้เลย แพทย์ เจ้าของไข้ ส่งปรึกษาทีมดูแลระดับประคอง ศูนย์อำนวยการชีวิตชีวะ เพื่อร่วมดูแล เพราะไม่มีการรักษาใดๆ อีกแล้ว รอเพียงการดูแลอาการรบกวนและตอบสนอง

ความต้องการสุดท้าย ของผู้ป่วยเท่านั้น ตลอดระยะเวลากว่า 1 เดือนที่ เราเข้าไปดูแลคุณลุง ปัญหาที่พบและคุณลุงต้องการมากที่สุดคือการกลับบ้าน เกิดที่หนองคาย ทุกครั้งจะมีคำถาม “หลานเขาวัยยังงี้บ้าง จะมารับเมื่อไหร่ เลื่อนมา 10 ครั้งแล้วนะ อยากกลับบ้านเหลือเกิน เปื่อโรงพยาบาลแล้ว อยากกลับไปกินอาหารพื้นบ้านที่มีรสชาตมากกว่านี้ ที่นี่กินแต่ไข่ๆ” พร้อมกับใบหน้าที่ซีดเซียว และเบื่อหน่าย แต่แวตากลับมีความหวังเมื่อ เอย์ถึงบ้านหลานชายที่เป็นผู้ดูแลเงินคนชราของคุณลุงอยู่ แสดงอาการแข็งขัน และพูดชัดเจน “ไม่ปวดแล้ว นั่งได้ กินได้ ผลก็ดีแล้ว ขอแค่มีคนพานั่งรถไฟ กลับไปเท่านั้นแหละ”

ทุกคนในทีม ช่วยกันหาวิธีการพาคุณลุงกลับบ้าน พยายามโทรศัพท์ หาหลานชายที่หนองคายเป็นสัปดาห์ ครั้ง หลานยังคงป่วยเปียงและยืนยันว่า ไม่สามารถดูแลคุณลุงได้อีก เพราะมีภาระแม่ที่บ้านอยู่แล้ว แต่หากคุณลุง เสียชีวิตก็จะมารับศพไปประกอบพิธีได้ มันช่างน่าเศร้าสำหรับเราจริงๆ ในที่สุด เขาก็ส่งต่อให้เบอร์โทรศัพท์ลูกชายที่คุณลุงไม่เคยเอย์ถึงกับเรา เพื่อให้มา จัดการแทน เป็นเรื่องยากสำหรับคุณลุง เนื่องจากรู้ว่าคงจะไม่ได้รับการ ตอบสนองจากลูกชายเป็นแน่นอนเพราะการกระทำของตนต่อครอบครัว ทั้งภรรยาผู้เสียชีวิตแล้วและบุตรชายหญิง ทั้ง 3 คนในอดีตที่ผ่านมา ซึ่งเรา รับทราบและเข้าใจถึงความรู้สึกของทั้งสองฝ่ายอย่างดีจากการได้พูดคุย บ่อยครั้ง หลังจากติดต่อกับลูกสะใภ้ได้ เธอเล่าเรื่องของครอบครัวสามีให้เรา รู้ อย่างละเอียด เหตุผลของความเกลียดชังที่ลูกๆ มีต่อพ่อแท้ๆ คนนี้ แต่ด้วย ความมีน้ำใจและประสบการณ์ครอบครัวที่ดีของเธอ เราจึงได้แนวร่วม ในการ

ชักชวนและหว่านล้อมให้ลูกชายคุณลุงเข้าใจ และช่วยเหลือพ่อเป็นครั้งสุดท้าย ทำหน้าที่ของลูกให้ดีที่สุดอีกเพียงครั้งเดียว

และแล้วดูเหมือนความหวังของเราและคุณลุงจะมีความเป็นไปได้มากขึ้น เมื่อได้คุยกับลูกชายคุณลุงทางโทรศัพท์ และลูกชายยอมช่วยเหลือค่าพาหนะส่งพ่อกลับบ้าน แต่ขอให้ไปอยู่ที่อื่นที่ไม่ใช่ที่บ้านซึ่งพี่สาวต้องรับภาระดูแลอีก เพราะพี่สาวฐานะไม่ดีต้องดูแลหลานอีก 3 คน ไม่ต้องการให้เธอต้องเดือดร้อนมากขึ้น ปัญหาของเราอีกชั้นคือต้องหาที่อยู่ให้ลุงก่อน คงไม่มีที่ใดเหมาะเท่าสถานที่ที่ใกล้บ้าน ใกล้ครอบครัวที่สุด

สรุปจากการระดมความคิดเห็นของทีมงานโรงพยาบาลรัตนวาปี เจ้าของหลักประกันสุขภาพของคุณลุง เป็นที่ที่เหมาะสมและคุณลุงก็มีข้อบ่งชี้ในการนอนโรงพยาบาล ทุกคนที่เกี่ยวข้องดำเนินการติดต่อประสานงานอย่างรวดเร็ว คุณหมอ และพยาบาลประสานกับคุณหมอ และพยาบาลของโรงพยาบาลรัตนวาปี ส่งเรื่องราวและข้อมูลการดูแลต่อเนื่องอย่างชัดเจน ศูนย์ส่งต่อช่วยประสานแนวทางตามระบบ เราติดต่อรถนำส่งคุณลุง ด้วยความห่วงใยและด้วยความอยากพบลูกสาวที่จะยอมมารับคุณลุงที่โรงพยาบาลตามที่เราขอร้อง เราจึงอาสาขับรถเพื่อดูแลคุณลุงระหว่างทางจนถึงที่หมายโดยปลอดภัย ได้ใช้เวลาเล็กน้อยพูดคุยให้กำลังใจลูกสาว และโน้มน้าวให้อภัยในความผิดพลาดของพ่อในอดีต

สัมพันธ์ภาพที่ดี ระหว่างเรากับลูกสาว ลูกสะใภ้ ทำให้คุณลุงได้รับการดูแลที่เกินความคาดหวัง แม้จะพบปัญหาตามมาอีกบ้าง แต่สุดท้ายแล้วคุณลุงเข้าใจและยอมรับสภาพการนอนรักษาตัวต่อในโรงพยาบาลไม่ใช่บ้านอย่าง

ที่หวัง แต่อย่างน้อยก็เป็นจังหวัดบ้านเกิดและอุ่นใจที่ได้กลับไปอีกครั้ง ลูกสาวแม้จะฝันใจมาดูแลตามคำเรียกร้องของโรงพยาบาล แต่แล้วก็เกิดเป็น ความสงสารและเต็มใจดูแลคุณลุงในที่สุด

1 สัปดาห์หลังจากส่งคุณลุงที่โรงพยาบาลรัตนวาปีเราได้รับข่าวจากลูกสาว และลูกสะใภ้ว่าคุณลุงเสียชีวิตอย่างสงบ โดยมีลูกสาวมาดูแลทุกวัน ลูกๆ ทั้ง 3 คน พร้อมลูกเขยที่เคยประกาศจะเลิกกับภรรยาหากรับพ่อคนนี้ไปดูแลที่บ้าน ก็กลับใจมาร่วมกันจัดพิธีศพคุณลุงอย่างสมเกียรติ ท่ามกลางชาวบ้าน ที่ร่วมช่วยงานอย่างคาดไม่ถึง สร้างความปลื้มปิติให้บุตรสาวและบุตรชาย

เมื่อความเกลียดชังหมดไปพร้อมการให้อภัยและการตอบแทนพระคุณ ครั้งสุดท้าย สิ่งที่เหลืออยู่คือความสุขของทุกคนที่อยู่เบื้องหลัง ภาพแห่งความสุข ที่เราได้เห็นจากไลน์ลูกสะใภ้ส่งให้ดู ทำให้เราชื่นใจและมีกำลังใจ ที่อยากจะทำงานเช่นนี้ต่อไปและต่อไป

การช่วยให้คนคนหนึ่งซึ่งมีลมหายใจเพื่อความหวังครั้งสุดท้ายได้สำเร็จ คือความสุข คือพลัง และความสวยงามของอีกหลายๆ คนในโลกใบนี้ ขอเพียง ให้มีหวัง





The background features a large, faint watermark of the seal of Mahachulalongkornrajavidyalaya University. The seal is circular with a gold border and contains a central emblem with Thai script. The text 'มหาวิทยาลัยมหิดล' (Mahachulalongkornrajavidyalaya University) is visible around the perimeter of the seal.

# ใจที่คิดจะช่วย

เรวดี เรืองศรี

งานการพยาบาลตรวจรักษาผู้ป่วยนอก  
ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช

“

วันนี้ฉันได้รับมอบหมายจากพี่หัวหน้าให้ดูแลผู้ป่วยรายหนึ่ง ฉันอ่านรายละเอียดในแบบส่งต่อเพื่อการดูแลต่อเนื่องที่บ้าน ผู้ป่วยของฉัน ชื่อ ป้าจันทร์ อายุ 64 ปี ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นมะเร็งหลังโพรงจมูกระยะแพร่กระจาย ปัญหาที่ปรึกษามาคือให้ทางหน่วยฯ ช่วยติดตามการฉีดยาลดอาการลิ้มเลือดต่ที่บ้าน ฉันตั้งคำถามในใจ เรามีปัญหาเรื่องอะไร ทำไมต้องฉีดยาชนิดนี้ด้วย แล้วผู้ป่วยเขาทราบหรือยังนะว่าป่วยเป็นโรคระยะไหนแล้ว แล้วยารับได้ไหม มีอะไรยังห่วงหรือเปล่า หลังจากนั้นฉันได้โทรศัพท์นัดหมายกับหอผู้ป่วยเพื่อไปประเมินผู้ป่วยและผู้ดูแล

บ่ายสองโมง ฉันเดินไปเยี่ยมผู้ป่วยที่เตียง ซึ่งอยู่ที่หอผู้ป่วยพิเศษรวม แต่ละห้องจะมีผู้ป่วยอยู่ 4 เตียง ใช้ม่านกั้นอาณาเขตแต่ละเตียง ป้าจันทร์นอนอยู่บนเตียงริมหน้าต่าง ป้าจันทร์รูปร่างผอม ผิวสีน้ำตาล สีหน้าอ่อนเพลีย บริเวณโซฟาข้างเตียงมีผู้หญิงผมยาวกำลังนั่งคุยอยู่กับป้าจันทร์ ฉันเข้าไปแนะนำตัวกับผู้ป่วยและขออนุญาตสอบถามผู้หญิงผมยาว “ไม่ทราบเป็นอะไรกับป้าจันทร์คะ” เขาก็ตอบว่า “เป็นลูกสาวคะ” หลังจากนั้นฉันก็สอบถามเพื่อ

ยืนยันเรื่องการเยี่ยมบ้าน ทั้งผู้ป่วยและลูกสาวสะตวง ผู้ป่วยบอกว่า “บ้านป่า อยู่จังหวัดสุรินทร์นะ จะไปเยี่ยมได้หรือ” ฉันทอบป่าว่า “ได้ค่ะ เดี่ยวพยาบาล จะประสานกับพยาบาลของรพ.สต. หรือ รพช.ใกล้บ้านให้หะคะ” คุณป่า สะตวงไหมคะ ป่าบอกว่า “สะตวงค่ะ มาได้เลย”

หลังจากทำความรู้จักกันแล้ว ฉันทเริ่มคุยกับผู้ป่วยและลูกสาวตามหัวข้อ ในแบบประเมินเพื่อการวางแผนการดูแลต่อเรื่องที่บ้าน ซึ่งแบบประเมินนี้ ช่วยให้ฉันทรู้ปัญหาและความต้องการของผู้ป่วยและครอบครัว จะได้หาทาง ช่วยเหลือได้อย่างเหมาะสม ป่าเล่าว่า เป็นมะเร็งหลังโพรงจมูกลามไปปอด กระดูกไขสันหลัง รักษาโดยการฉายแสง ต้องฉีดยาลดกลืนเลือด เนื่องจาก มีลิ้มเลือดอุดตันที่ปอด

“แล้วคุณป่ารู้สึกอย่างไรบ้างคะหลังจากทราบเรื่องนี้” ป่าบอกว่า “ไม่กังวล เพราะอายุเยอะแล้ว อะไรจะเกิดมันก็ต้องเกิด สามีฉันทก็ป่วยแบบนี้ มาก่อนเหมือนกัน” “ตอนนี้ป่าทำอะไรเองได้บ้างคะ” ป่าบอกว่า ยังตัดข้าวทานเองได้ แต่ขาไม่มีแรง เดินไม่ได้ “แล้วที่มาโรงพยาบาลครั้งนี้คุณป่าหวังไว้ว่าอย่างไรคะ” “อยากให้หายเหนื่อย”

“คุณป่ายังมีเรื่องอะไรที่เป็นกังวลหรือห่วงไหมคะ” ป่าบอกว่า “อยากเห็นใบประกาศนียบัตรและถ่ายรูปกับลูกคนเล็ก” ป่าเล่าต่อว่า “ป่าเพิ่งทราบ ก็เมื่อตอนที่เขาเรียนจบแล้ว ว่าเขาไปเรียนหนังสือมา เขาทำงานเป็นภารโรง ก่อนหน้านี้อาไม่พูดอะไรเลย” ฉันทก็เลยถามป่าว่าแล้วเขารับใบประกาศนียบัตรเมื่อไหร่ ป่าบอกว่า ต้นปีหน้า ซึ่งก็คือ ปี 2563 ฉันทนึกในใจแล้วว่าป่าจะมีชีวิตอยู่จนถึงวันนั้นไหมนะ เพราะตัวโรคก็ลุกลามไปมาก ตอนนั้นรู้เพียงแต่ว่าเราต้อง

ไม่ทำลายความหวังของป่า จึงได้แต่พูดว่า “พยาบาลก็หวังว่าจะเป็นเช่นนั้น  
ค่ะ” แล้วก็บอกว่า เตี้ยจะแวะมาเยี่ยมอีกครั้งก่อนกลับบ้านนะคะ ส่วนเรื่อง  
การดูแลกิจวัตรประจำวัน การฉีดยาละลายลิมเลือด ลูกสาวบอกว่าไม่กังวล  
ทำได้หมดแล้ว ฉันเลยแจ้งกับทางหอผู้ป่วยและขอให้คุณหมอช่วยสรุป  
การรักษาให้ผู้ป่วยเพื่อรักษาต่อเนื่องที่โรงพยาบาลใกล้บ้าน หรือกรณีฉุกเฉิน  
วันรุ่งขึ้น ฉันนำปัญหามาปรึกษากับพี่หัวหน้า จำได้คำหนึ่งที่ดังก้อง  
อยู่ในหัว “อยากช่วยเขาหรือเปล่า ถ้าอยากช่วยก็ไม่ยาก เตี้ยวันนี้เขามีเครือข่าย  
การช่วยเหลือกันนะ หรือไม่ก็ลองติดต่อไปที่สถานศึกษาของเขา” ฉันจึงขอ  
หมายเลขโทรศัพท์ของพยาบาลที่โรงพยาบาลใกล้บ้านจากพี่หัวหน้าเพื่อ  
ประสานขอความช่วยเหลือ แต่ก่อนหน้านั้นฉันได้โทรศัพท์คุยกับลูกชาย  
คนเล็กของคุณป่า ฉันประเมินการรับรู้ของเขาต่อภาวะเจ็บป่วยของป่าก่อน  
คำตอบที่ได้ตรงตามที่ฉันคิด เขารู้แล้วว่าแม่อาจจะอยู่ได้ไม่นาน และรู้ถึง  
ความปรารถนาของแม่ ฉันก็เลยขออนุญาตสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับ  
เรื่องใบประกาศนียบัตร เขาบอกมาว่า ช่วงนี้ทางบ้านติดขัดเรื่องการเงิน  
ขาดเงินอีก 5,000 บาท เพื่อนำไปชำระแล้วรับใบจบการศึกษา จึงบอกเขาว่า  
“เตี้ยทางเราจะหาทางช่วยนะคะ แต่ยังไม่รู้ว่าจะช่วยได้ขนาดไหน”  
เขาถามกลับมาว่า “ทำไมต้องช่วยผมขนาดนี้ครับ” ฉันจำได้ว่า ฉันพูดกับ  
เขาด้วยน้ำเสียงหนักแน่นว่า “พยาบาลอยากช่วยค่ะ” แล้วจู่ๆ ขนแขนฉัน  
ก็ลุกชัน ฉันรู้สึกดีอย่างบอกไม่ถูก ฉันนึกในใจ แค่นี้คิดอยากจะช่วย ยังไม่ได้  
ติดต่ออะไรเลย มันทำให้รู้สึกดีได้ขนาดนี้เลยหรอ

หลังจากนั้น ฉันก็รีบโทรศัพท์ติดต่อกับพยาบาลที่โรงพยาบาลใกล้บ้าน ผู้ป่วยเล่าปัญหาให้เขาฟัง โชคดีมาก พี่เขาบอกว่า มีเพื่อนทำงานอยู่ที่ อบต. เตี้ยว่าจะประสานเรื่องให้ แล้วตอนเย็น พี่เขาก็แจ้งมาว่า ทาง อบต.เขาติดต่อกับลูกชายและขอเลขที่บัญชีไปแล้ว เขาจะหาทางช่วย

เช้าวันรุ่งขึ้น ช่วงสายๆ ฉันแวะไปเยี่ยมคุณป้าที่หอผู้ป่วยอีกครั้ง สิ่งที่เห็นคือคุณป้าสีหน้ายิ้มแย้ม ดูมีความสุขมาก ผิดจากครั้งก่อนที่เจอ ป้าบอกว่า ลูกๆ เล่าให้ฟังแล้วเรื่องที่พยาบาลประสานเรื่องให้ ป้าบอกว่า “ขอบคุณมากๆ นะ” พร้อมกับยกมือไหว้ฉันและให้พรหลายรอบมาก ฉันยกมือรับไหว้แทบไม่ทัน รู้สึกมีความสุขไปด้วย ทั้งๆที่ยังคิดว่า “อย่าลืมส่งรูปถ่ายมาให้ดูด้วยนะคะ จะรอชื่นชมความสำเร็จด้วยค่ะ”

ฉันรู้สึกทึ่งกับสิ่งที่เกิดขึ้น ไม่คิดว่า แค่ฉันมีใจที่อยากจะช่วยเหลือ แม้ยังไม่รู้ว่าผลจะออกมาสำเร็จหรือไม่ ป้าจะได้ถ่ายรูปกับลูกชายหรือเปล่า ก็ยังไม่รู้ จะทำให้ฉันเองรู้สึกดีรู้สึกปิติขนาดนี้ วันนี้ฉันเรียนรู้แล้วว่า การช่วยเหลือใครสักคนไม่ใช่เรื่องยาก เริ่มต้นที่ใจเราก่อน ใจที่คิดจะช่วยเหลือแล้วลงมือทำ เมื่อทำแล้วถึงทางตันก็กล้าที่จะยอมรับขอความช่วยเหลือจากทีม นิยามความสำเร็จของแต่ละคนอาจจะไม่เหมือนกัน สำหรับฉัน...รอยยิ้มของป้าจันทร์ คือ ความสำเร็จ ขอขอบคุณครอบครัวป้าจันทร์ที่ให้ฉันและทีมมีส่วนร่วมในการดูแล





พลังใจ  
พลังความดี  
ด้วยจิตอาสาเพื่อน้อง

เทวัญ สว่างมุข

ศูนย์ Palliative Care โรงพยาบาลสุรินทร์



“

ผมจบพยาบาลวิชาชีพมาได้ 5 ปีทำงานที่ตึกอายุรกรรมชาย และได้รับมอบหมายให้ดูแลผู้ป่วยระยะท้ายที่ตึก ผมสนใจเกี่ยวกับการดูแลผู้ป่วยระยะท้ายจึงขอย้ายมาทำงานที่ศูนย์ดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง โรงพยาบาลสุรินทร์ หลังจากนั้นผมได้ไปอบรมการพยาบาลเฉพาะทางเกี่ยวกับการดูแลผู้ป่วยระยะท้ายหลักสูตร 4 เดือนและทำงานเกี่ยวกับการดูแลผู้ป่วยระยะท้ายเรื่อยมา

วันหนึ่งผมได้รับปรึกษากรณี ผู้ป่วยเด็กหญิงตัวเล็กๆ ชื่อน้องแก้ว ผมตื่นเต้นมากเพราะไม่เคยมีประสบการณ์การดูแลผู้ป่วยเด็กมาก่อน น้องแก้ว เด็กอายุ 4 ขวบ มาโรงพยาบาลด้วยอาการไอ มีน้ำมูก มีไข้ต่ำๆ และมีอาการหอบมาก ส่งตัวมาจากโรงพยาบาลอำเภอ ผลเอ็กซเรย์มีการติดเชื้อที่ปอด ใส่ท่อช่วยหายใจ ส่งต่อมาโรงพยาบาลสุรินทร์ วันที่ 12 มกราคม 2562 ด้วยโรคกล้ามเนื้ออ่อนแรง นอนรักษาที่ตึกผู้ป่วยหนักเด็ก ประวัติเดิม นอนติดเตียง เดินไม่ได้ ปัจจุบันน้องแก้วอยู่กับป้าโดยป้าเป็นคนดูแล ก่อนหน้านี้น้องแก้วเคยอยู่กับพ่อแม่ แต่มีปัญหาครอบครัวพ่อแม่แยกทางกัน ป้า

จึงรับน้องแก้วมาดูแล และแพทย์เจ้าของไข้ผู้ดูแลพิจารณาเจาะคอเพื่อช่วย  
การหายใจของน้องแก้ว แพทย์แจ้งให้ครอบครัวทราบ แต่พ่อของน้องแก้ว  
บอกให้ป้าเป็นคนตัดสินใจว่าจะเจาะคอหรือไม่เพราะพ่อยกน้องแก้วให้ป้า  
เป็นผู้ดูแลแล้ว ป้าก็บอกว่าป้าไม่มีสิทธิตัดสินใจควรเป็นพ่อเป็นแม่เด็ก

ป้าเล่าต่อว่าเคยขอค่าเลี้ยงดูน้องแก้วจากพ่อของน้องแก้ว เดือนละ  
7,000 แต่พ่อของน้องแก้วปฏิเสธไม่ช่วยเหลือ ป้าบ่นบอกว่าป้าต้องดูแลสามี  
และลูก ป้าเล่าให้ฟังว่าทะเลาะกับสามีบ่อย เกี่ยวกับภาระการดูแลน้องแก้ว  
เมื่อพ่อของน้องแก้วพูดเช่นนั้น ครอบครัวน้องก็ขอไม่เจาะคอ ปล่อยให้ผู้ป่วย  
เสียชีวิตไปเลยภายใน 1-2 วันนี่ พยาบาลประจำตึกก็คุยอีกครั้งแต่ครอบครัว  
ก็ยังปฏิเสธยืนยันไม่เจาะ แพทย์เจ้าของไข้จึงส่งปรึกษาทีมประคับประคอง  
และผมจึงได้รับผิดชอบดูแลน้องแก้ว

ภาพแรกที่ผมเห็นคือเด็กหญิงตัวเล็กๆ นอนบนเตียงใส่ท่อช่วยหายใจ  
ไว้ รู้ตัวตื่นลืมตา สื่อสารได้ ขาสองข้างอ่อนแรง นอนติดเตียง อ่อนโรย  
คล้ายไปไม่ถึงจะหลุดจากขั้ว สายตาหวาดกลัวและวิตกกังวล ผมจึงเข้าไปคุยกับ  
ครอบครัวซึ่งมีพ่อ ป้าและย่า ผมถามเกี่ยวกับโรคที่น้องแก้วเป็นอยู่ ครอบครัว  
ให้ความร่วมมือและเล่าให้ฟังในทุกเรื่อง ผมเห็นความในใจของป้าและ  
ครอบครัวป้าที่ระบายออกมา ป้าของน้องเล่าว่ามีปัญหาการดูแล สถานที่  
ค่าใช้จ่าย แล้วป้าก็ร้องไห้ ผมค่อยๆ ปลอดภัยอธิบายให้ป้าและพ่อเข้าใจ  
ตอนนั้นในใจผมอยากให้น้องแก้วหายใจได้ดีขึ้น เพราะจากการประเมินอาการ  
ของน้องแก้ว และจากการคุยกับแพทย์เจ้าของไข้ ถ้าปล่อยน้องแก้วไว้โดยไม่  
เจาะคอเพื่อช่วยหายใจ น้องแก้วมีโอกาสที่จะติดเชื้อและเสียชีวิต แต่ไม่ได้

เสียชีวิตใน 1-2 วันอย่างทีญาติเข้าใจ ผมอธิบายอย่างละเอียดอีกครั้งเกี่ยวกับการเจาะคอใส่เครื่องช่วยหายใจว่าทำไมถึงต้องเจาะคองั้นแล้ว ข้อดี ข้อเสีย เกี่ยวกับการเจาะคอให้ครอบครัวทราบ เนื่องจากน้องแก้วยังรู้ตัว รู้เรื่อง ไม่ใช่คนไข้ใกล้เสียชีวิตในเวลาอันใกล้แน่นอน หลังจากที่ผมอธิบายจบ พ่อ ป้าและย่าเริ่มตัดสินใจใหม่ พ่อบอกผมว่ายินยอมให้น้องแก้วเจาะคอได้ ผมรู้สึกโล่งใจเหมือนได้ช่วยน้องแก้วผ่านวิกฤติครอบครัว ผมจึงแจ้งให้พยาบาลประจำตึกทราบว่าการครอบครัวของน้องยินยอมให้น้องแก้วเจาะคอแล้ว

แต่ปัญหาก็มีอีกเด็กตัวเล็กต้องปรึกษาแพทย์เฉพาะทางหู คอ จมูก เด็กเพื่อทำการเจาะคอ แต่โรงพยาบาลเราไม่มีแพทย์แผนก หู คอ จมูก เด็ก ผมรับทราบได้ปรึกษาพยาบาลประจำตึกและแพทย์เจ้าของไข้อีกครั้ง หลังจากนั้น 1 สัปดาห์ แพทย์เจ้าของไข้ปรึกษาแพทย์หู คอ จมูกผู้ใหญ่ แพทย์เฉพาะทางแผนก หู คอ จมูก ผู้ใหญ่ตัดสินใจเจาะคอให้น้องแก้ว น้องแก้วจึงได้เจาะคอวันที่ 19 กุมภาพันธ์ 2562

หลังจากเจาะคอใส่เครื่องช่วยหายใจอีก 8 วัน น้องแก้วหายใจได้ดีขึ้น ช่วงนี้ผมไปเยี่ยมน้องแก้วทุกวันพร้อมกับทีมจิตอาสาโรงพยาบาลสุรินทร์ ให้กำลังใจน้องและครอบครัว ภาพที่ผมเห็นทุกครั้งคือน้ำใจและความผูกพันที่บริสุทธิ์ของเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน ทำให้ผมได้เรียนรู้ในความเป็นจิตอาสาว่าการช่วยเหลือด้วยการให้โดยไม่หวังสิ่งใดตอบแทนนั้นทำให้ใจเราเป็นสุข หลังการหายใจของน้องดีขึ้น ผมประสานทีมพยาบาลการดูแลและพยาบาลช่วยดูแลเกี่ยวกับการใช้เครื่องช่วยหายใจขนาดเล็ก และสอนญาติด้วยรวมทั้งสอนเกี่ยวกับการดูแลเสมหะ การให้อาหารทางสายยาง การทำแผลเจาะคอ ผมและ

ทีมสหสาขาวางแผนเพื่อพาน้องกลับบ้าน เนื่องจากป้าเป็นผู้ดูแลหลัก จึงเรียก ป้ามาเรียนรู้การดูแลน้องที่บ้าน เช่น การให้อาหารทางสายยาง การทำความสะอาดแผล การดูดเสมหะ การออกกำลังกาย การดูแลเครื่องช่วยหายใจ หลังจากทีมเตรียมพร้อมน้องเพื่อกลับไปอยู่บ้าน เมื่อถึงเวลากลับ น้องแก้ว บอกกับพยาบาลประจำตึกว่าไม่อยากกลับบ้าน บอกว่าที่บ้านไม่มีแอร์ ไม่มีใครจัดงานวันเกิดให้ ไม่มีเป่าเทียน ร้องให้ไม่อยากกลับ ปัญหาของผมคือทำอย่างไรให้น้องแก้วอยากกลับบ้าน ผมคุยกับน้องแก้วครั้งนี้พยายามคุยให้น้องแก้วเข้าใจและยอมกลับไปพักที่บ้าน และผมก็ทำสำเร็จ ผมสัญญาว่าจะให้ตุ๊กตากระต่ายไปเป็นเพื่อนเล่นกับน้องแก้ว

วันที่ 12 มีนาคม 2562 น้องแก้วก็ได้กลับบ้าน ผมได้ติดตามไปส่งน้องที่บ้าน ขณะทีลงจากตึกน้องร้องไห้ตลอดทางไม่อยากกลับบ้าน ทีมที่ไปส่งน้องประกอบด้วย แพทย์เจ้าของไข้ พยาบาลประจำตึก พยาบาลศูนย์ดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง พยาบาลศูนย์ดูแลระยะยาว พยาบาลอนามัยชุมชน ไปเป็นทีมชุดใหญ่ ซึ่งในใจผมมีความภูมิใจและความสุขลึๆ เพราะหมายถึงความปลอดภัยของผู้ป่วยการดูแลที่ไร้รอยต่อ รวมถึงความร่วมมือของทีมสหสาขาในการดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง พอถึงบ้านน้องแก้วก็หยุดร้องไห้ พูดคุยได้ตลอด ยิ้มแย้ม สดชื่นขึ้น บ้านผู้ป่วยเป็นบ้านปูนชั้นเดียวเป็นห้องแถวมีสองล้อค หน้าบ้านชายก่ายเดี่ยว มีห้องสำหรับผู้ป่วยเอง โดยมีทีมประคับประคองของโรงพยาบาลอำเภอที่ผมประสานไว้มารับผู้ป่วยที่บ้าน ทีมเราอธิบายอีกครั้งเรื่องการดูแลเครื่องช่วยหายใจ ให้ทีมพยาบาลชุมชนทราบ ผมอยู่อีกสักครู่ใหญ่จึงลากลับ น้องแก้วส่งยิ้มให้ผมและโบกมือให้

วันนั้นผมกลับบ้านด้วยความเหนื่อย แต่หัวใจชุ่มชื่น นี่เองคือความสุขเล็กๆ ที่ผมได้จากการดูแลน้องแก้ว ผมโทรติดตามอาการน้องแก้วเป็นระยะๆ ทราบว่าอาการน้องแก้วดีขึ้นเป็นลำดับ

1 เดือนต่อมาป่าพาน้องแก้วมาพบผม น้องแก้วสามารถหายใจได้เอง โดยไม่ต้องใช้เครื่องช่วยหายใจ ผมดีใจมาก เพราะภาพที่ผมเห็นน้องแก้ว สดชื่นขึ้น หน้าตาสดใส น้ำหนักเพิ่มขึ้น แทบไม่น่าเชื่อว่าจากที่ป่วยร้ายแรง คล้ายคนใกล้เสียชีวิตจะกลับมาสดชื่น ที่สำคัญสามารถทานอาหารทางปาก โดยไม่ต้องใช้สายยาง ชีวิตกลับคืนปกติ เราคุยกันพักใหญ่ ถ่ายรูปด้วยกัน ภาพที่เห็นน้องแก้วมีความสุขมาก พลอยทำให้ผมมีความสุขไปด้วย

จากการดูแลผู้ป่วยเด็กรายนี้ ทำให้ผมมีความคิดเปลี่ยนไปจากเคย คิดว่าการดูแลผู้ป่วยเด็กเป็นเรื่องยุ่งยาก ละเอียดอ่อน แต่เมื่อได้มาดูแลจริงๆ ความยุ่งยากต่างๆ เปลี่ยนผ่าน ด้วยใจที่เป็นจิตอาสาให้โดยไม่หวังสิ่งใด ตอบแทนของทุกๆ คน ทำให้ผมได้เรียนรู้และภูมิใจ มีความสุขที่ได้ดูแลผู้ป่วย แบบประทับใจประทับใจ สิ่งที่ทำล้วนทำด้วยจิตอาสาจากใจโดยไม่หวังสิ่งตอบแทน สิ่งที่ได้คือกำลังใจที่มีต่อกัน เป็นพลังให้ผมเดินทางต่อไปในสายงานดูแลผู้ป่วย ระยะเวลาแบบประทับใจประทับใจ



# ขอเลือกได้ไหม

มาลินี มีชูเกศ

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโคกสว่าง  
จังหวัดสระบุรี

“

“พ่อพี่เสียแล้วนะคะหมอ เมื่อคืนนี้ ตอนห้าทุ่ม”

“ลูกก็อตายแล้วหรือคะ”

เข้านี้คงเป็นเช้าวันใหม่ที่สดใสของใครๆ แต่สำหรับฉันตื่นขึ้นมาพร้อมกับรับข่าวร้าย ฉันตกใจมากไม่คิดว่าลูกก็อตาย ฉันคิดทบทวนเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเมื่อวาน ตอนนั้นที่ฉันอ่อนวอนให้พี่ตาพาลูกก็อตไปโรงพยาบาล ในสมองฉันคิดแต่เพียงว่า ถ้าลูกก็อตได้รับการรักษาอย่างถูกต้องรวดเร็ว ลูกก็อตจะปลอดภัย

ลูกก็อตชายสูงอายุ ตัวเล็กๆ ผอมๆแต่มีความแข็งแรง ลูกก็อตเป็นคนขยัน แกมีจักรยานคู่ใจหนึ่งคัน ฉันจะเห็นแกปั่นจักรยานไปทำงานรับจ้าง ที่มีคนจ้างแกอยู่บ่อยๆ ไม่ว่าจะเป็งานหนัก ชุดดิน ถางป่าถางหญ้าแกทำหมด แต่สองสามปีมานี้เมื่อลูกก็อตอายุมากขึ้นก็เริ่มมีโรคภัยมารุมเร้า เมื่อตรวจพบว่าลูกเป็นโรคหัวใจ ลูกเมียเลยห้ามแกไปทำงานรับจ้างอีก หลังๆ มาฉันจึงไม่ค่อยได้เห็นลูกก็อตบ่อยๆ อย่างเช่นเคย

เมื่อวานตอนบ่ายขณะที่ฉันง่วนอยู่กับการตรวจรักษา พี่ตาเดินเข้ามา

หาฉัน ฉันส่งยิ้มให้พร้อมกับทักทาย พี่ตามีสีหน้าไม่สู้ดีและดูเป็นกังวล พี่ตามาบอกให้ฉันแวะไปดูลูกก่อน พี่ตาบอกว่าลุงดูซิมๆไม่กินข้าวมาสามวันแล้ว กินแต่น้ำ เย็นนั้นฉันแวะไปเยี่ยมลูกก่อนที่บ้าน เมื่อฉันไปถึง ภาพที่ฉันเห็นคือ ลูกก่อนนอนขดตัวอยู่ปลายเตียง ฉันเรียกลูกก่อนแต่ลุงไม่ตอบ ฉันเข้าไปใกล้ๆ จับมือลูกก่อน มือเล็กๆที่ตราครุฑทำงานหนักมาทั้งชีวิต ฉันบีบมือลูกก่อนเบาๆ บอกให้ลุงรู้ว่าฉันมาเยี่ยม ลุงลื้มตามองฉันแล้วพยักหน้ารับรู้ ลูกก่อนหายใจเร็ว ดูเหนื่อยและเพลีย ฉันตรวจวัดสัญญาณชีพ ความดัน 90/60 มิลลิเมตรปรอท ชีพจร 138 ครั้งต่อนาที อัตราการหายใจ 26 ครั้งต่อนาที เปลือกตาซีด ปากแห้ง มือซีด เท้าทั้งสองข้างบวมถึงข้อเท้า

“พี่ตาคะวันนี้ลุงฉีบบ้างมั๊ยคะ” “วันนี้พี่เอาแกลกมาฉีครั้งนึง แต่ออกนิดเดียวคะหมอ” ฉันรับรู้ได้ทันทีว่าลูกก่อนกำลังจะแย่ ต้องรีบพาลุงไปโรงพยาบาลโดยเร็ว แต่พี่ตาบอกว่าลุงไม่ยอมไปโรงพยาบาล “พ่อแสบอกว่า มันเหม็น” ฉันรู้สึกค้ำอยู่ในใจกับข้ออ้างของลุง ฉันอธิบายเหตุผลที่ต้องพาลูกก่อนไปโรงพยาบาลให้พี่ตาเข้าใจ “ถ้าลุงไม่ยอมไปโรงพยาบาลของรัฐไปโรงพยาบาลเอกชนก็ได้ค่ะ” ฉันยังพยายาม ในสมองฉันคิดแต่เพียงว่า ถ้าลูกก่อนได้รับการรักษาอย่างถูกต้องรวดเร็ว ลูกก่อนจะปลอดภัย พี่ตาปรึกษากับสามีและพี่สาวแล้วก็ตัดสินใจพาลูกก่อนไปโรงพยาบาล โดยที่ลุงไม่เต็มใจนัก แต่ก็ไม่มีเรี่ยวแรงพอที่จะขัดขืน ลูกก่อนผอมมากสามีพี่ตาอุ้มลูกก่อนขึ้นรถได้อย่างง่ายดาย ฉันไปส่งลูกก่อนจนถึงโรงพยาบาลเอกชนในตัวเมือง เมื่อทางโรงพยาบาลรับลูกก่อนไว้รักษาแล้ว ฉันจึงขอตัวกลับ ฉันรู้สึกโล่งใจที่ส่งลูกก่อนถึงมือหมอแล้ว และหวังลึกๆ ในใจว่าลูกก่อนจะดีขึ้น



แต่โชคร้ายเหลือเกินสิ่งที่เกิดขึ้นไม่ได้เป็นอย่างที่ฉันคิด พี่ตาร้องให้พูดกับฉันว่า “พี่ซัดใจพ่อทุกอย่าง พ่อไม่อยากไปโรงพยาบาล ไม่อยากใส่สาย ไม่อยากให้น้ำเกลือ แต่พี่ก็เอาแกลไป เมื่อวานพอหมอกลับ เค้กก็เจาะเลือด ให้น้ำเกลือ เอ็กซ์เรย์ ฟันยา พ่อพี่บอกว่าเจ็บ เหนื่อย ไม่ไหวแล้ว พาพ่อกลับบ้านเถอะ” พี่ตาร้องไห้มากขึ้น ฉันยืนตัวแข็ง มือเย็นเฉียบ ในใจรู้สึกเศร้า เสียใจ และสับสน ฉันรู้ว่าพี่ตาดอยากจะทำอะไรฉันแรงๆ ฉันจะไม่ว่าเลยหากพี่ตาดจะทำอย่างนั้น ฉันเข้าใจความรู้สึกของคนที่เป็นผู้สูญเสียบุคคลในครอบครัวอันเป็นที่รัก เพราะฉันเองก็รู้สึกผิด ที่พาลูกก่อนไปโรงพยาบาลทั้งที่แกไม่อยากไป

สองทุ่มตรงจะเป็นเวลาที่พระเริ่มสวดพระอภิธรรม ฉันมาก่อนเวลาหาที่นั่งและมองไปรอบๆ คืนแรกผู้คนที่มาร่วมงานอาจไม่มากนัก ตามประเพณีลูกหลานจะมาส่งคนเฒ่าคนแก่มานอนที่วัดเป็นเพื่อนเจ้าภาพ เมื่อพระสวดพระอภิธรรมจบ เจ้าภาพดูแลเลี้ยงดูแขกที่มาร่วมงานเป็นอย่างดี พี่ตากับพี่สาวไปรอส่งแขก ฉันเดินไปหาพี่ตาเพื่อลากลับ พี่ตากล่าวขอบคุณฉันพร้อมกับน้ำตาที่ไหลมาแบบอัตโนมัติ ฉันขับรถออกมาแล้ว แต่ภาพเหตุการณ์ทุกอย่างยังอยู่ในความทรงจำ

ในชีวิตของเรา มีสักวันไหมที่เราหยุดคิดและสะกิดใจตนเองว่า ถ้าสักวันหนึ่งคนที่เรารัก คนที่เราเห็นหน้าอยู่ทุกวันต้องจากไปอย่างไม่มีวันกลับ เราจะทำอย่างไรกับชีวิตและความรู้สึกของตัวเอง สิ่งที่เกิดขึ้นทั้งหมดนั้นทำให้ฉันตั้งคำถามกับตัวเอง หากวันหนึ่งพ่อกับแม่จะต้องจากไป ฉันจะทนได้ไหมที่จะเห็นท่านมีชีวิตอยู่โดยเครื่องพันธนาการต่างๆ ในโรงพยาบาล หรือแม้แต่ว่าตัวของฉันเองในวันที่อ่อนล้าไร้เรี่ยวแรง ฉันจะ “ขอเลือกได้ไหม” ที่จะหมดลมหายใจและจากโลกนี้ไปอย่างสงบแบบที่ฉันต้องการ



เพราะรัก...

สุภา ธนวงศ์

เวชกรรมสังคม โรงพยาบาลสระบุรี

“

เรารู้จักกันครั้งแรกผ่านทางเสียงโทรศัพท์ เป็นช่วงเวลาเขาเสร็จสิ้นภาระกิจนอนโรงพยาบาลแล้ว สามารถกลับไปทำงานได้ตามปกติ เสียงนี้ตอบอย่างมั่นใจว่า “ผมไม่เป็นไรแล้วครับ มีเพียงถุงหน้าท้อง 2 ถุงเท่านั้นเอง” วันเวลาผ่านไป 9 เดือนต่อมา การสานสัมพันธ์ภาพได้เริ่มต้นอีกครั้ง ด้วยการที่ภรรยาขอยืมเตียงผู้ป่วย ที่ศูนย์สุขภาพชุมชนเมือง การนัดหมายลงเยี่ยมบ้านของเราจึงเกิดขึ้น

ก่อนจะได้เข้าบ้านของผู้ป่วยรายนี้ ฉันต้องฝ่าด่านเจ้าบ้านพันธุ์บางแก้วทุกครั้งไป เราพบกันเป็นช่วงระยะสุดท้ายของโรคแล้ว ผู้ชายหน้าคมเข้มร่างกายผ่ายผอมมากจนเห็นรอยปุ่มกระดูกชัดเจน นอนบนเตียงบนบ้านชั้นสอง มีภรรยา และมารดาดูแลอย่างใกล้ชิด ฉันไม่หวังเรื่องเครื่องสธารณูปโภคของผู้ป่วยเลย เพราะทุกอย่างจัดเต็มด้วยฝีมือของภรรยา อุปกรณ์การดูแลแผลหน้าท้องสองถุง พร้อมเพรียงมากถูกหลักอนามัยที่สุด อาหารการกินยังพอทานได้ ตามคำสั่งเมนูที่ผู้ป่วยชอบ อาการที่รบกวนผู้ป่วยมากที่สุดคือ ปวด เขาต้องทำความเข้าใจกับความปวดตลอดเวลา มีแอบหายไปบ้างในบางเวลา แต่แล้ว

ความปวดจำกัดเขาออกจากกิจกรรมประจำวันไปโดยสิ้นเชิง ทุกอย่างต้องฟังฟังอย่างสมบูรณ์แบบ แม้แต่การยกขาของตนเอง และสิ่งที่เขากังขาามากที่สุด คือ เรื่องการกระจายของตัวโรค เขาต้องการรู้ว่า “โรคมันแพร่กระจายไปถึงกระดูกแล้วใช่ไหม ผมถึงปวดมากขนาดนี้” คำตอบบางอย่าง เหมือนเป็นการตอกตะปู ย้ำลงไปไนใจของผู้ป่วยอีก แต่ถ้าไม่ตอบก็ไม่ได้อีกเช่นกัน ฉันต้องขังใจ และปรึกษาทีมหมอครอบครัวก่อนตอบคำถามใดๆ เพราะคำพูดที่พูดออกไปแล้ว เอากลับคืนไม่ได้ และเมื่อถึงเวลาหนึ่งเขาคงสามารถหาคำตอบให้ตัวเองได้ แต่แววตาที่ฉายออกมาให้ฉันต้องจดจำคือเศร้ามาก แห้งเหือด หมดหวัง “ผมต้องไปแล้วจริงๆ ไข่มั้ยครับ” ฉันไม่ชอบบรรยากาศแบบนี้ที่สุด ฉันทำตัวไม่ถูก ต้องพูดคำไหนดีที่จะปลอบคนไข้ ฉันนึกไม่ออก ได้แต่เพียงยื่นมือไปสัมผัสหลังมือเขาเบาๆ ไม่รู้จะพูดคำไหนจริงๆ

กว่าที่เราจะไว้ใจซึ่งกันและกัน ใช้เวลาเกือบ 3 เดือนทีเดียว เป็น 3 เดือนที่ฉันต้องอ่านตำรา บทคำสอนของพระอาจารย์ไพศาล วิสาโล อ่านไปบางที่ไม่รู้ว่าต้องนำไปใช้เมื่อไร แต่ทำให้ฉันมั่นใจมากขึ้น คิดแต่เพียงว่าทำอะไรให้เธอตายดี เมื่อมีโอกาศคุยกัน เหมือนฉันนั่งคุยกับพี่ชายคนหนึ่งพร้อมจะเล่าเรื่องราวดีๆ ให้น้องฟัง พี่ชายคนนี้เป็นเด็กช่าง เรียนจบออกมามีงานทำในบริษัทที่มีชื่อเสียง ขยันทำงานมาก ถึงมากที่สุด เพราะได้รางวัลพนักงานดีเด่นไม่เคยขาด ไม่เคยลา 5 ปีติดต่อกัน 2 ครั้ง ฉันทิ้งมาก พี่ชายทำงานเก็บเงินปลูกบ้านหลังนี้ด้วยน้ำพักน้ำแรงของตนเอง จนสามารถปลดหนี้ได้ในเวลาอันรวดเร็ว ส่งลูกทั้งสองคนเรียนจบปริญญาตรี น้ำเสียงที่ฉันได้ยินคละเคล้าไปด้วยความภาคภูมิใจ ฟังกันไปเรื่อยๆ ไปสะดุดที่ไม่อยากให้พ่อมาเยี่ยม

ไม่อยากจะมาบ้านนี้ด้วย เอ๊ะ! ทำไม เพราะอะไร ไม่รู้ได้เลย จนเรามาเยี่ยม บ้านหลายรอบ ถึงรู้ว่าพ่อแม่แยกทางกัน พ่อชอบมาขอเงินบ่อยๆ ผ่านทาง มารดาหรือภรรยาบ้าง และเหมือนมีเรื่องที่เสียใจอยู่แต่บอกไม่ได้ ไม่อยาก พูดถึง แต่ฉันสัมผัสได้ว่าพี่ชายรักพ่อของเขามาก อยากคุยกันตามประสา พ่อลูก ก่อนลาจากกันชั่วชีวิต

ปมนี้ ฉันไม่สามารถจัดการให้ผู้ป่วยได้ คนที่จะปลดล็อคเรื่องราวต่างๆ ที่ผ่านมาได้เป็นอย่างดี คงต้องเป็นคนในครอบครัวของเขาเอง เราเป็นเพียง ผู้อยู่ข้างๆ คอยรับฟังเรื่องราวต่าง ๆ นานา ฟัง ฟัง และฟัง ฉันสังเกตตัวเอง ว่าการฟังของฉันไม่หนักใจไม่อึดอัดแล้ว ไม่เหมือนแต่ก่อนที่เครียดไปกับคนไข้ ทุกเรื่องเลย เพราะฉันโตขึ้น หรือเพราะฉันได้ผ่านการรับรู้โรคภัยเหมือนเขา มาเช่นกัน ฟังแบบไม่ตัดสิน ฟังแบบเปิดใจ ไว้ใจ ครั้งนี้เหมือนเป็นบทเรียน อีกบทหนึ่งที่ทำให้ฉันได้เรียนรู้การฟังแบบจริงจังมากขึ้น

กิจกรรมหลักสำหรับบ้านนี้คือ ให้ข้อมูลเรื่องของโรคและการรักษา ที่ชัดเจน ถามมาตอบไปกันเลย สำหรับการดูแลผู้ป่วยวัย 55 ปีคนนี้ เพราะ ผู้ป่วยค้นหาข้อมูลจากอินเทอร์เน็ตตลอดเวลา สิ่งไหนดีสิ่งไหนทำให้หาย เขาทำหมด รวมถึงการซื้อน้ำมันกัญชา กัญชาเม็ด หยดใต้ลิ้นกับทานด้วย เราต้องอธิบายกันหลายยก จนผู้ป่วยหันมารักษาแบบประคับประคองกับเรา อย่างเต็มรูปแบบ การให้เข็มอร์ฟินระงับอาการปวด สามารถโทรปรึกษาทีมหมอ ครอบครัวได้ทุกที่ ทุกเวลา ปรับขนาด วิธีทาน ติดตามประเมินกันรายสัปดาห์ รายวัน ทุกข์จากอาการปวดหายไปบ้างบางเวลา จนอาการปวดมีคะแนนเหลือ 2-3 คะแนนจากเต็ม 10 คะแนน อาการข้างเคียงมีบ้าง ปากแห้งคอแห้ง

แต่ไม่มีห้องผูก ทุกเรื่องราวถูกบันทึกผ่านสมุดเล่มน้อยเป็นลายมือมารดาบ้าง ภรรยาบ้าง และถูกส่งผ่านไลน์ให้เราประเมินการรักษาอย่างต่อเนื่อง

1 สัปดาห์ก่อนจากไป ฉันลงเยี่ยมบ้านเหมือนทุกครั้ง ผู้ป่วยเริ่มทานได้น้อยมาก เบื่ออาหาร อยากรกินแต่กินไม่ได้ แต่ยังดื่มน้ำได้ สังเกตเห็นสัญญาณเตือน เห็นอหยาใจลำบาก ความดันต่ำ เราทบทวน Living will กับผู้ป่วยอีกครั้ง สิ่งที่น่ากังวลใจ คือเป็นห่วงมารดา เพราะน้องชายเสียชีวิตไปแล้ว ห่วงจะไม่มีคนดูแล มีกันสองคนพี่น้อง อยากรฝากเงินบัญชีชื่อแม่ อยากรให้แม่ได้ฉีดวัคซีนไข้หวัดใหญ่ ซึ่งเรารีบดำเนินการสิ่งที่เป็นงานของเรา คือ จัดหาวัคซีนไข้หวัดใหญ่ฉีดให้แม่ เรื่องอื่นๆ ต้องเป็นคนในครอบครัวจัดการ ระยะเวลาที่ลงเยี่ยมบ้านพรอวัยมของมารดา และภรรยามากขึ้น ต่างจากตอนแรกที่ทุกคนในบ้านเครียดมาก จากความทุกข์ที่ผ่านมาจากผู้ป่วยถึงทุกคนในบ้านจริงๆ มีบางครั้งฉันมีภาพจำที่สะเทือนใจมาก คือมารดานั่งข้างเตียงผู้ป่วยหันหน้ามองออกไปนอกหน้าต่าง แต่มือยื่นมาให้ลูกชายจับไว้ตลอดเวลา พร้อมกับเสียงเรียกของลูกชาย “แม่ครับๆ ผมปวด แม่อย่าออกไปไหนไกลนะ เดี่ยวเรียกไม่ได้ยิน”

วันที่ผู้ป่วยจากไปเป็นอีกวันหนึ่งที่ฉันวางแผนลงเยี่ยมบ้านนี้ แต่มีเหตุต้องเปลี่ยนแผนกะทันหัน เพราะมีผู้ป่วยอื่นเร่งด่วนที่คิดอยากฆ่าตัวตายตาม ลูกชายที่ผูกคอสำเร็จ คำวันนั้นฉันได้รับข่าวจากภรรยาว่า ช่วงก่อนลมหายใจสุดท้าย พี่ชายได้ทำบุญ ถวายสังฆทาน ที่สำคัญพ่อกับแม่มาเยี่ยม มาอยู่ด้วย 2-3 วัน ทั้งบ้านคละเคล้าเสียงสวดมนต์จากวิทยุเทพธรรมะที่ได้รับมาเมื่อคราวนอนตึกไอ.ซี.ยู. จนป่วยคล้อยเขานอนหลับไปท่ามกลางคนที่เขารัก

ไม่มีเสียงเรียก “แม่ครับ ๆ” จากพี่ชายคนนี้อีกแล้ว นับจากนี้เขาไม่ต้อง  
เจ็บปวดอีกต่อไป ขอขอบคุณที่เปิดโอกาสให้เราได้เรียนรู้ ฝึกทักษะต่างๆ นานา  
ผ่านเรื่องราวของเขา แปลกดีนะ...คนที่อยากอยู่ต่อบนโลกใบนี้ อยู่ต่อไม่ได้  
เพราะสังขารไม่เอื้อด้วยโรคร้าย แต่คนที่สังขารดี กลับอยากจากโลกใบนี้ไป  
ทุกสิ่งบนโลกใบนี้ไม่มีสิ่งใดแน่นอน





ศูนย์บริรักษ์ ศิริราช  
Siriraj Palliative Care Center

เว็บไซต์คือ <http://www1.si.mahidol.ac.th/Palliative>

เบอร์โทรศัพท์ 0 2419 9679 0 2419 9680

กองทุนศูนย์บริรักษ์ศิริราช D002918