



# Storytelling



# การเล่าเรื่อง (Storytelling)



- เป็นวิธีการหรือเครื่องมือประเภทหนึ่งของการจัดการความรู้ในการดึงเอาความรู้หรือประสบการณ์ ที่อยู่ภายในตัวของผู้เล่าออกมาเล่า หรือถ่ายทอดให้บุคคลอื่นฟัง โดยเป็นเรื่องที่ซาบซึ้ง ประทับใจ
- ผู้ฟังสามารถนำเอาความรู้ หรือประสบการณ์ที่ได้ไปประยุกต์ใช้ในการทำงาน โดยไม่ต้องเสียเวลาเริ่มต้นในการศึกษาเรื่องนั้น ๆ ใหม่





# การเล่าเรื่อง (Storytelling)

การปูพื้น (เกริ่นนำ สร้างฉาก)

แนะนำตัวละคร (เปิดทีละตัว ชวนให้เรื่องน่าติดตาม)

จุดเด่นของเรื่อง highlight หรือปมขัดแย้ง tension

ส่วนสรุป ประเด็นสำคัญ หรือคลี่คลายเหตุการณ์





# สร้างฉาก นำผู้อ่านสู่โลกของเรื่องเล่า

- การสร้างภาพให้กับคนอ่านให้สามารถเข้าไปในโลกของเรื่องที่จะเล่าเสมือนว่าคนอ่านเข้าไปยืนมองในจุดเดียวกัน และเห็นเหมือนกับคนเขียน
- “ต้องพาคนอ่านเข้าไปเห็นภาพถึงสิ่งที่กำลังจะเล่าอยู่ให้ได้”

การเขียนบรรยายจากที่ดีต้องเขียน  
ถ่ายทอดออกมาตามประสาทสัมผัส

รับรู้ทั้ง 5

กองขยะแห่งนี้สูงใหญ่มองสุดลูกหูลูกตาวาวจรดขอบฟ้า  
มีไอควันโขมงขึ้นจากการเผาขยะอยู่เป็นหย่อม ๆ สุนัขหลายตัว  
กำลังคุ้ยเขี่ยหาเศษอาหาร (บรรยายตามสายตาที่เห็น)  
เสียงรถชนขยะแล่นออกจากกองขยะดังกระหึ่ม  
ไปทั่วบริเวณ พร้อมกับเสียงเห่าไล่หลัง (เสียงเริ่มเข้ามา)  
เมื่อเดินเข้าไปใกล้รับรู้ถึงกลิ่นขยะที่โชยคลุ้งเหม็นไปทั่วบริเวณ  
(ตามด้วยกลิ่น) ฉันท่อมือหยิบขวดแก้วที่แข็งกระด้างมีคราบ  
เหนียวเหนอะหนะเกาะติดใส่ลงในถุงขยะใบใหญ่ที่สะพายอยู่  
ข้างหลัง (ประสาทสัมผัสผ่านมือ)







# เปิดตัวละครของเรื่องเล่า



- ต้องให้เห็นว่าตัวละครหลักเป็นใคร มีลักษณะเด่นอย่างไร ปมตัวละครคืออะไร
- ต้องเอาตัวละครมาสัมพันธ์กับฉากและการสร้างตัวละครอื่นมาสัมพันธ์กัน
- เวลาเปิดตัวละครเข้ามาในเรื่อง เราจะไม่เปิดพร้อมกันทุกตัวละคร เราจะเปิดทีละตัว (วิธีการนี้จะชวนให้เรื่องน่าติดตาม)





# ดำเนินเรื่องให้เขม็งเกลียวสู่จุดสำคัญ



- เรื่องเล่านั้นควรมี highlight หรือปมขัดแย้ง tension ให้คนอ่านชวนติดตาม หรือลุ้นอยู่เป็นระยะ และเอาใจช่วยตัวละครให้ฟันฝ่าอุปสรรคไปได้ในท้ายเรื่อง





# การสรุป และคลี่คลายเรื่อง



- ช่วงที่ตามมาหลังจากผ่านจุดไคลแมกซ์หรือจุดวิกฤต ซึ่งจะมีลักษณะให้เรื่องดำเนินไปสู่จุดจบ หรือข้อสรุปบางอย่างที่ได้จากเรื่องนั้น
- ควรสรุปด้วยเรื่องเล่าที่เป็นเรื่องราวสั้น ๆ ที่แสดงให้เห็นการคลี่คลายของเหตุการณ์ที่เราชมวดปมไว้ ที่สำคัญคนเขียนต้อง landing ลงมาเป็นบทเรียนของชีวิต เพื่อเป็นกรณีศึกษาให้ได้



*The end*



# งานเขียนธรรมดา กับ งานเขียนสร้างสรรค์



- งานเขียนธรรมดา อ่านแล้ว รับรู้เรื่องราวที่เขียน
- งานเขียนสร้างสรรค์ อ่านแล้วรับรู้ รู้สึกและเกิดแรงบันดาลใจ  
เกิดความรู้สึกอย่างหลากหลาย

inspire







# ประโยชน์จากเรื่องเล่า



- เรียนรู้จากประสบการณ์ ต่อยอดไป**อีกขั้น**
- จัด**เก็บ**เป็นความรู้ เป็นตำนานแห่งความภาคภูมิใจ และ  
\*\*\*\* สร้างแรงบันดาลใจ (inspiration) ให้กับผู้ฟัง





# References



- เทคนิคการเล่าเรื่อง <https://www.gotoknow.org/posts/456068>
- การเขียนเรื่องเล่าเร้าพลัง <https://www.gotoknow.org/posts/500639>

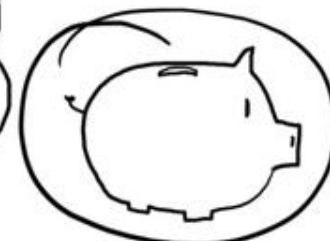




มหาวิทยาลัยมหิดล  
คณะแพทยศาสตร์  
ศิริราชพยาบาล



# STORYTELLING



# เรื่องเล่า

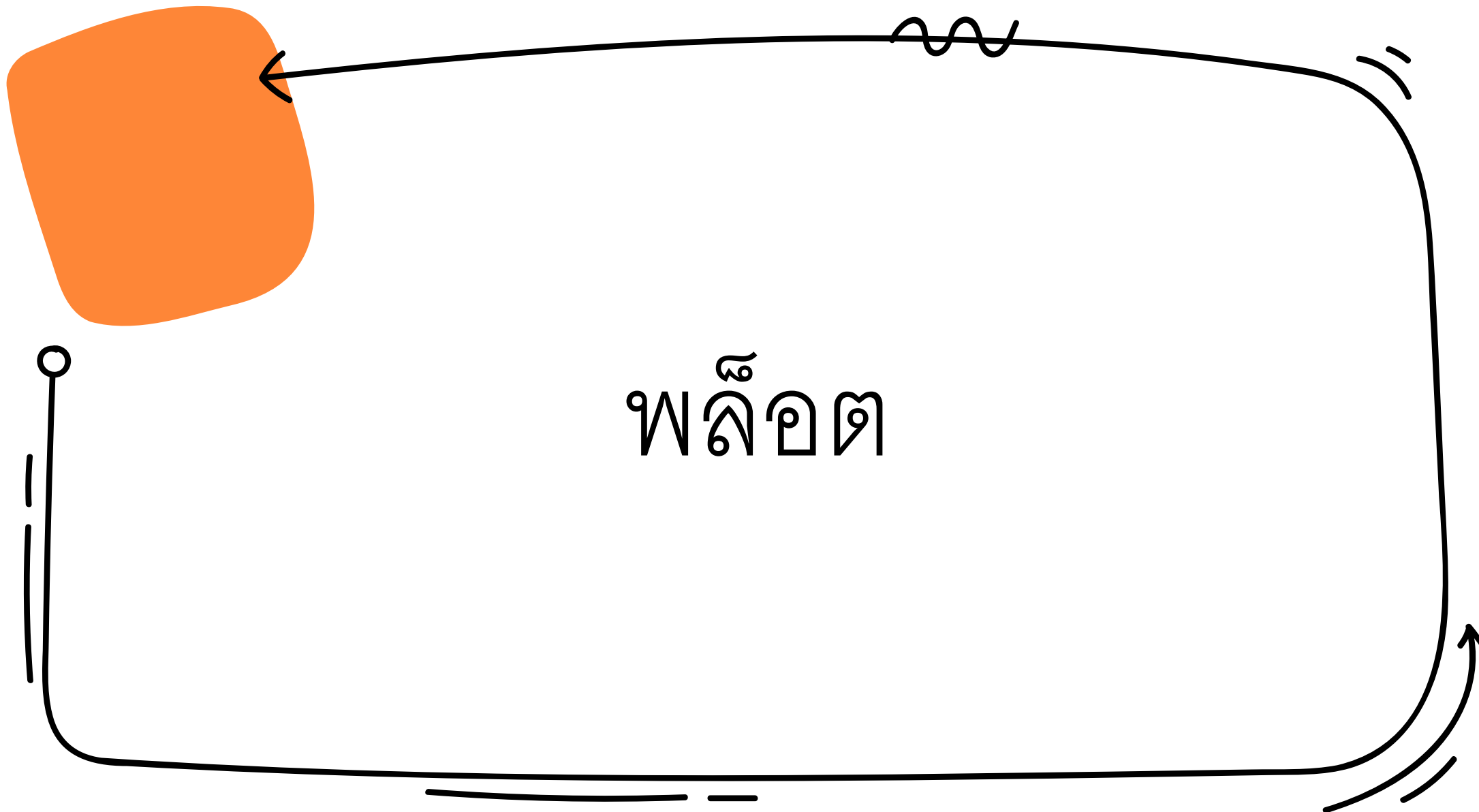






เทคนิค

พล็อต





EXPOSITION

CONFER

BEGINNING



EXPOSITION

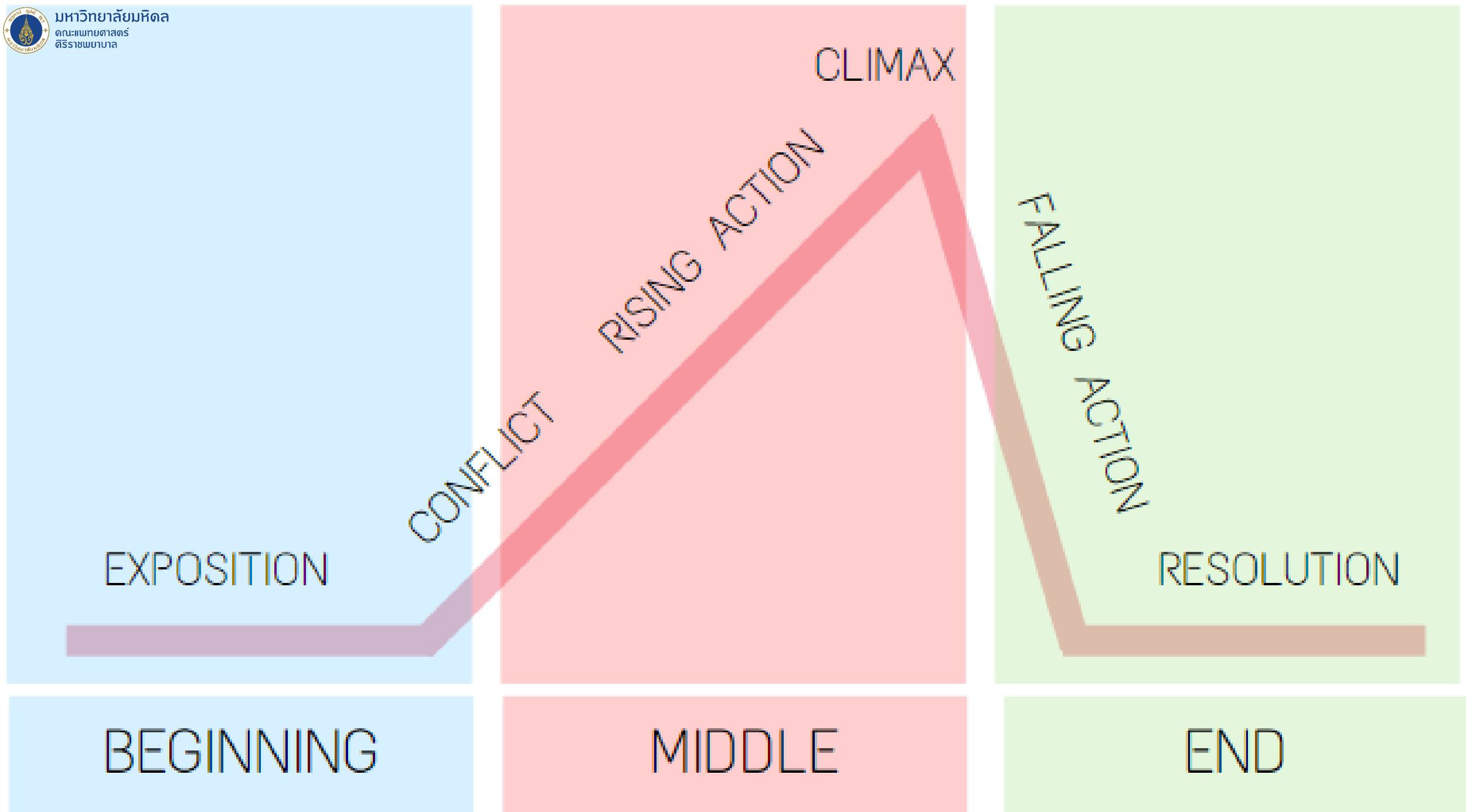
BEGINNING

CONFLICT

RISE ACTION

CLIMAX

MIDDLE







โดน

ความรู้สึกลึก



Facebook

Siriraj Palliative Care Center

เชื่อมกับผมมัย (9 พย 65)





โดน

ความรู้สึ

ใจ



# ธรรมดา



ข้อคิด

ธรรมดา



ข้อคิด

ไม่เห็น

ธรรมดา



ข้อคิด

ไม่เห็น

ธรรมดา

มุมมองอื่น





ข้อคิด

ไม่เห็น

ธรรมดา

เทียบเคียง

มุมมองอื่น

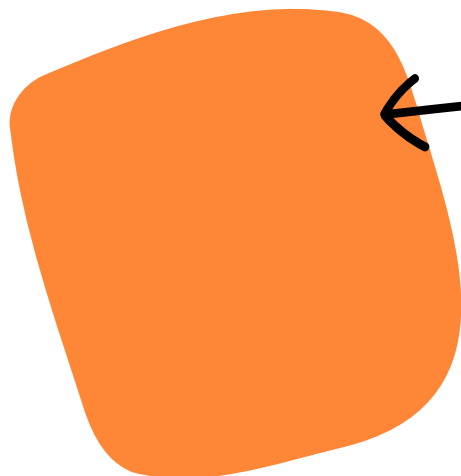


หลายคนมักจะคิดว่า  
ความเข้มแข็งคือการไม่รู้สึถึงความเจ็บปวด  
แต่ที่จริงแล้ว คนที่เข้มแข็งที่สุดก็คือ  
คนที่กล้าที่จะรู้สึกถึงความเจ็บปวด เข้าใจ และยอมรับมัน

It's Okay to Not Be Okay

# หาเรื่อง





เทคนิค



ความยาว

มุมมอง



เปิดเรื่อง

ความไม่ปกติ



นายและนางเดอร์สลีย์เจ้าของบ้านเลขที่สี่ ซอยพรีเว็ต  
ภาคภูมิใจนักที่จะบอกว่าพวกเขาเป็นคนที่ดีธรรมดาที่สุด

Harry Potter and the Philosopher's Stone



โจว หนานอัน เดินทางมาถึงบ้านก่อนอาทิตย์ลับฟ้า  
ที่ลานหน้าบ้านไร้เงาร่างของผู้อื่น หัวใจของโจวเริ่มต้นถี่เร็วขึ้น

The Last Rite





เคยถูกบังคับให้ต้องออกจากพื้นที่ปลอดภัยกันมั้ยครับ

ความพยายาม



ตัวละคร

Hero journey



ตัวละคร

Mary Sue



ฉาก

ประสาทสัมผัส



เขาพาไปที่ร้านอาหารใต้ดินแห่งหนึ่ง  
ซึ่งถ้าผมมาคนเดียว ไม่มีทางเลยที่จะหาเจอ  
บรรยากาศในร้านเป็นแนวอบอุ่น เครื่องเรือนทำจากไม้  
มีเสียงเพลงคลอแค่เบา ๆ ให้พอได้ยิน  
และมีเวทีเล็ก ๆ อยู่ที่มุมหนึ่งของร้าน

มหานครโตเกียว



นามธรรม

รูปธรรม



ผมใช้นิ้วเคาะโต๊ะไปตามจังหวะชีพจรที่ค่อย ๆ เต้นเร็วขึ้นของตัวเอง  
ท่องฟ้าด้านนอกปกคลุมไปด้วยเมฆฝนและดุมมืดครึ้ม  
ช่างคล้ายกับความรู้สึกภายในของผมที่ไม่ได้แตกต่างกัน

กลิ่นกตัญญู



อาจเป็นเพราะ **ลมหนาว** ที่พัดมา หรือ **ท้องฟ้า** อันมืดเทา  
ความเงิบเหงาจึงเริ่มทำงานอย่างขยันขันแข็ง  
**แม้ว่า** ผมจะมีเพื่อนใหม่อยู่รอบตัว  
**แต่ก็** ไม่เหมือนครอบครัวหรือเพื่อนเก่าที่รู้ใจ

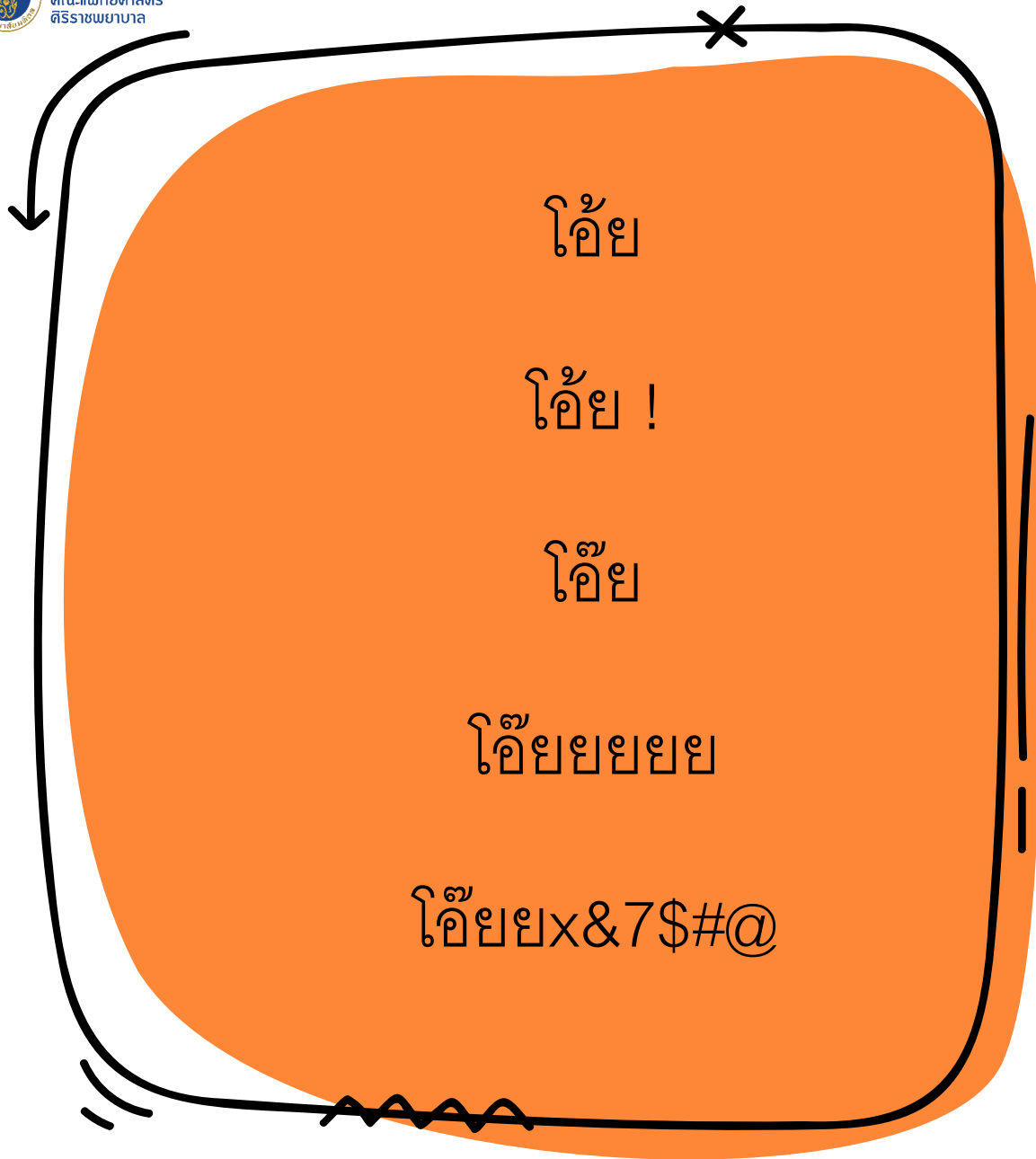
ระหว่างเรา





ตัวอักษร

ส่งเสียงได้





I LOVE YOU THIS MUCH





Climax

แก้ปัญหา



จบเรื่อง

ที่เดิม

เมฆพัดหยิบปากกาขึ้นมาพร้อมกระชิบกับตัวเองให้เบาที่สุด “เอวาะ ๑ ปีต่อจากนี้ไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้น เราจะพยายามทำหน้าที่ให้ดีที่สุด”

เมฆพัดหยิบปากกาออกมาจากกระเป๋าเสื้อ เขาคิดย้อนกลับไปถึงเมื่อประมาณ ๖ เดือนก่อน จำได้ว่า การลงลายมือชื่อในครั้งนั้น เหมือนเป็นการให้คำสัตย์กับตัวเองไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้น เขาจะพยายามทำหน้าที่ของตนเองให้ดีที่สุด เป็นระยะเวลา ๑ ปี

การอุณยฆาต



ในทุกวันนี้ ผมจึงยังคงพยายามต่อไป

และในบางครั้ง ก็ไม่ได้พยายามเพื่อให้ประสบความสำเร็จ

แต่พยายามเพื่อให้วันที่ไม่สำเร็จ จะได้ไม่เสียใจ

จนต้องย้อนกลับมาถามกับตัวเองซ้ำ ๆ ว่า ผมได้พยายามมากพอแล้วหรือยัง

ความพยายาม



จับเรื่อง

หักมุม





จบเรื่อง

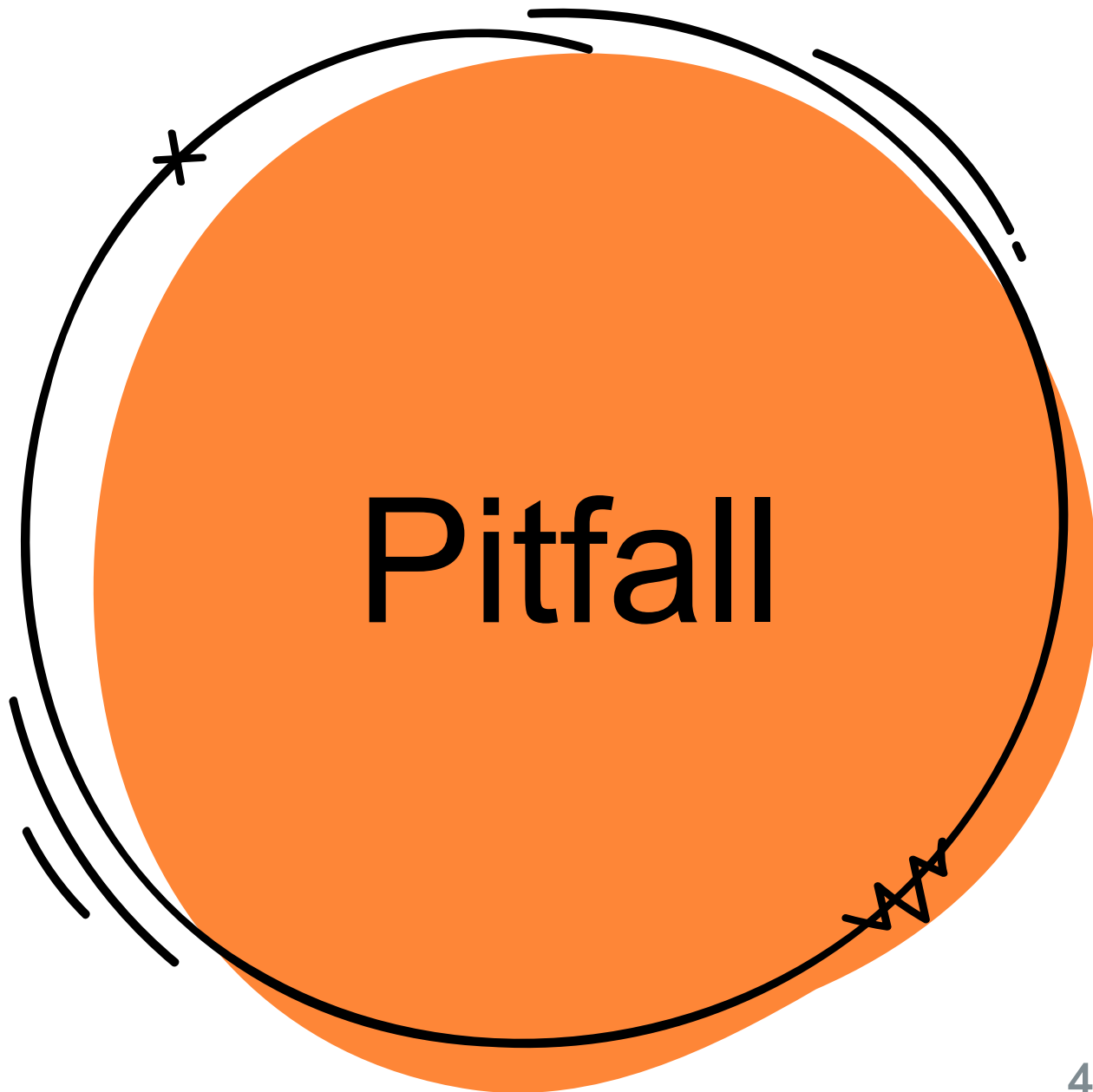
นิทาน



สำหรับผมแล้ว ทั้ง “คนนอก” หรือ “คนใน” ต่างก็มีข้อดีของสถานะนั้นด้วยกันทั้งสิ้น  
เพราะไม่ว่าประสบการณ์ใดจะเกิดขึ้น แค่ได้ระลึกว่าเหตุการณ์นี้อาจเกิดขึ้นเพียงครั้งเดียว  
เพียงแค่นั้น ทุกเรื่องราวต่างก็งดงามและเปี่ยมด้วยคุณค่าเสมอ  
ดังนั้น **สิ่งที่ผมตั้งใจทำในทุกครั้งคือการอยู่กับทุกเรื่องราวที่กำลังเกิดขึ้น**  
เพราะเมื่อวันเวลาผ่านไป เมื่อปัจจุบันได้กลายเป็นความทรงจำ  
ผมเชื่อจากใจเลยครับว่าความเสียหายจะไม่มีทางเกิดขึ้นได้อย่างแน่นอน

คนนอก คนใน

- x รายงานผู้ป่วย
- x เล่าผิดมุมมอง
- x สะกด / ใช้คำผิด



**EVERYONE HAS A STORY.  
TELL YOURS.**



It's a Story Time!

แบ่งปันประสบการณ์  
เขียนเรื่องเล่า เราพลั้ง

รวีวรรณ วัฒนมงคล



# "รวิวรรณ" คือใคร



- เป็นบุคลากรประจำหน่วยพัฒนางานประจำสู่งานวิจัย (R2R)

## ประสบการณ์งานเขียน?

- ส่งประกวด = 0
- ข่าวสารประชาสัมพันธ์ เรื่องสั้นเล่างานวิจัย = 10 ปี ++
- สรุปประเด็นการประชุม รายงานการประชุม = 10 ปี ++







# การเตรียมตัว & ขั้นตอนการเขียน

- เขียนเพื่ออะไร

ให้ความรู้ / ประชาสัมพันธ์ / สร้างแรงจูงใจ / ประทวด ฯลฯ

- ใครอ่าน

clinic / non-clinic / ประชาชน ฯลฯ

- เจ้าภาพ

format / จำนวนหน้า ฯลฯ



# นำมาสู่

- การเลือกเรื่อง (content)
- วิธีการดำเนินเรื่อง (รูปแบบการเล่า)
- ภาษาที่ใช้ (ศัพท์วิชาการ / เข้าใจง่าย)
- ประทวด >> เกณฑ์ตัดสิน

# ความสำคัญของเรื่องเล่า



จินตนาการ  
สนุกเพลิดเพลิน



นำเสนอ ข้อมูล  
ข่าวสาร



ชี้แจง  
ข้อเท็จจริง



จรรโลงจิตใจ  
แผ่กิ่งก้านสาขา



ให้ความรู้  
พัฒนาบุคลากร

LET'S GET TO KNOW MORE ABOUT

องค์ประกอบ  
ของเรื่องเล่า

เหตุการณ์ (หลัก/รอง)

องค์ประกอบ  
ของเรื่องเล่า

ตัวละคร (บุคลิก?)

เหตุการณ์ (หลัก/รอง)

องค์ประกอบ  
ของเรื่องเล่า



ตัวละคร (บุคลิก?)

เหตุการณ์ (หลัก/รอง)

ฉาก / สถานที่

องค์ประกอบ  
ของเรื่องเล่า

ตัวละคร (บุคลิก?)

เหตุการณ์ (หลัก/รอง)

ฉาก / สถานที่

องค์ประกอบ  
ของเรื่องเล่า

Theme

ตัวละคร (บุคลิก?)

เหตุการณ์ (หลัก/รอง)

ฉาก / สถานที่

องค์ประกอบ  
ของเรื่องเล่า

Theme

ช่วงเวลาที่เกิดเหตุการณ์  
ความสอดคล้อง



ตัวละคร (บุคลิก?)

เหตุการณ์ (หลัก/รอง)

ฉาก / สถานที่

องค์ประกอบ  
ของเรื่องเล่า

Theme

เหตุ >> ผล  
ผล >> เหตุ

ช่วงเวลาที่เกิดเหตุการณ์  
ความสอดคล้อง

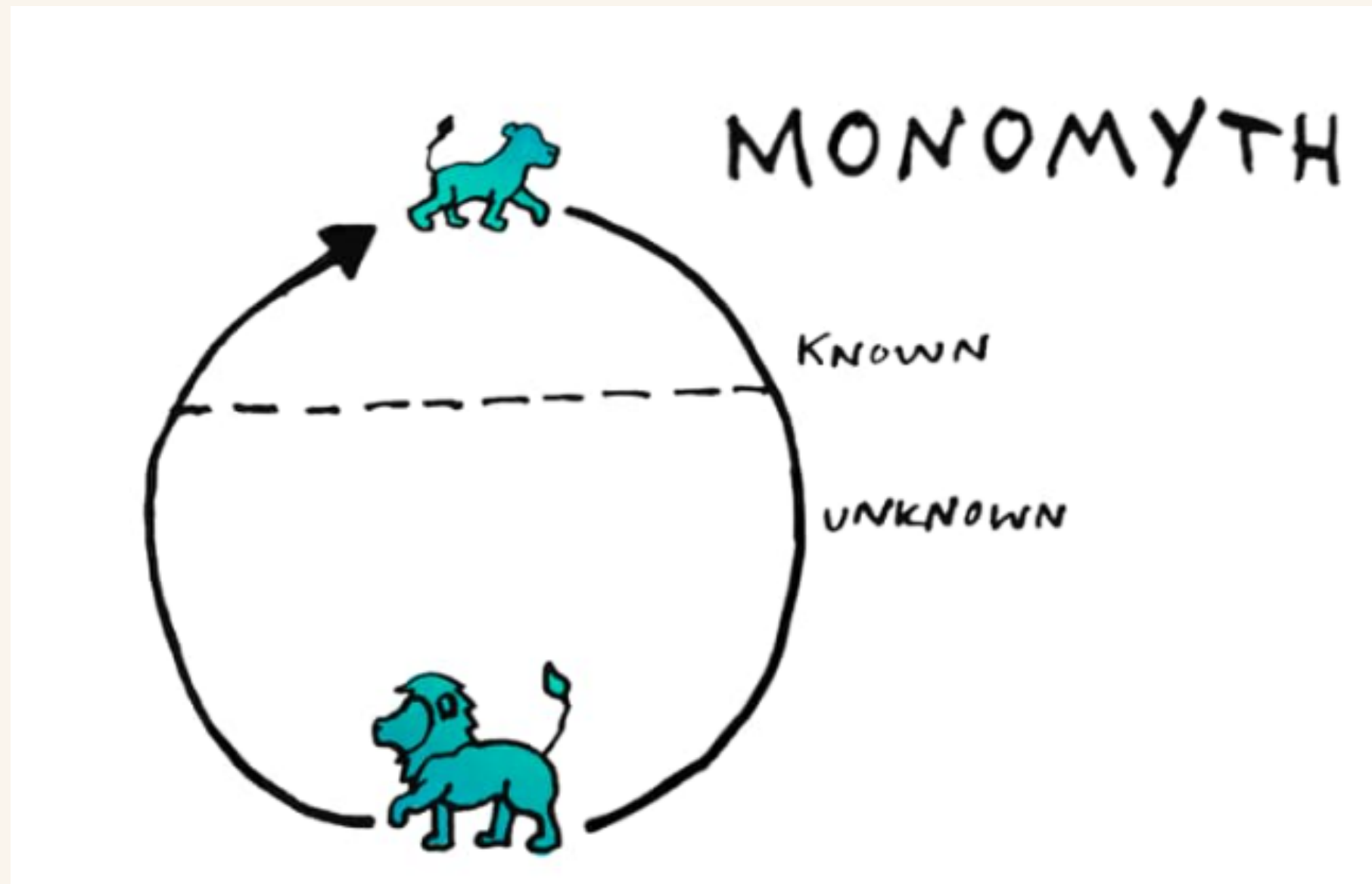
# เทคนิคการเล่าเรื่อง 8 แบบ : STORY TELLING



เรามักจดจำจากเรื่องเล่า  
ได้มากกว่า ยาวนานกว่า การท่องจำจากข้อมูล  
การเล่าเรื่อง (Story Telling) จึงน่าสนใจ

เราอาจใช้เทคนิคเหล่านี้แบบที่ไม่รู้ตัว สัญชาตญาณการเล่า  
อาจเกิดจากการดูหนังหรืออ่านนิยายมาหลายเรื่อง

# Monomyth (Hero's Journey) ตำนานฮีโร่



ตัวละคร ออกเดินทางแล้วพบประสบการณ์ที่ไม่คุ้นเคย จนได้เรียนรู้ และหวนกลับคืนมาบอกเล่า ถึงประสบการณ์ทางปัญญา

จุดเด่น

รูปแบบของการเรียนรู้จากสถานการณ์ยากลำบาก จะทำให้ความรู้นั้นดูน่าเชื่อถือ หนักแน่น และน่าประทับใจมากกว่าการบอกเล่าเฉยๆ

\*Lion king

<https://www.runwisdom.com/2019/03/story-telling>

<https://www.afterklass.com//>

# The Mountain เส้นทางขึ้นเขา



การเล่าที่ค่อย ๆ สร้างอารมณ์ร่วมแล้วหักมุมแบบพิสดารก่อนจบตอนไป ดึงดูดใจให้ผู้ฟังคอยติดตามในตอนต่อไป ก่อนจะเฉลยบทสรุปที่น่าพึงพอใจในภายหลัง

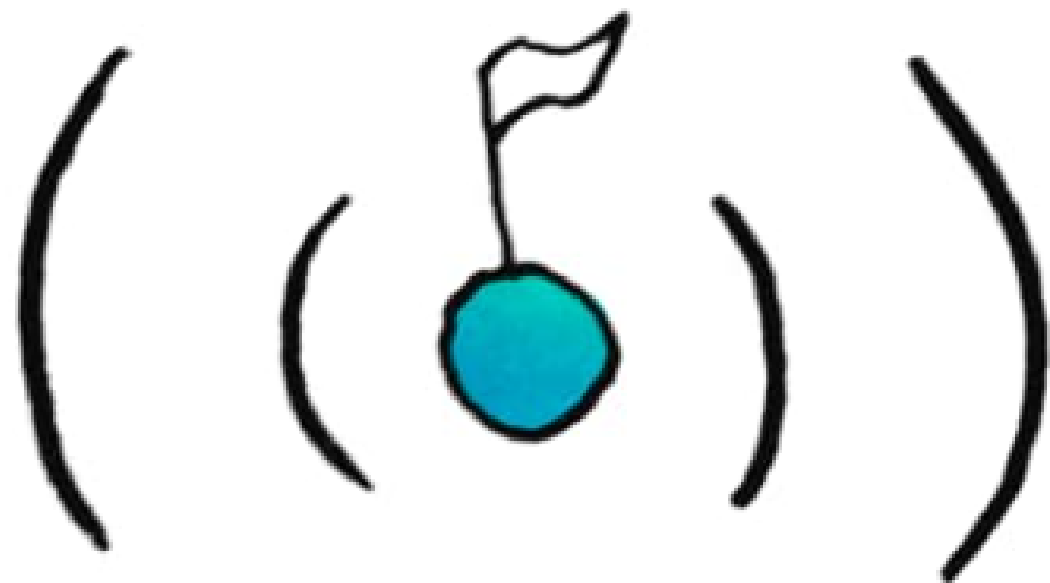
## จุดเด่น

เป็นการค่อยๆ สร้างอารมณ์ให้คนอื่น และแสดงว่าตัวละครเอาชนะเหตุการณ์ยากเย็นระหว่างทางได้อย่างไร

\*แอน ทองประสม

# Nested Loops เรื่องเล่าหลายทอด

NESTED Loops



การเล่าเรื่องที่สร้างความซับซ้อนของเรื่อง  
เริ่มต้นจากการวางแก่นของเรื่องไว้ตรง  
กลางเรื่อง และสร้างเรื่องราวต่าง ๆ รอบ  
แก่นของเรื่องเพื่อสนับสนุนแก่นของเรื่อง  
ที่เป็นจุดสำคัญของเรื่องในตอนท้าย

\*เพื่อนอยากเล่าว่าชีวิตเขาเปลี่ยนอย่างไร แต่ไปเล่าเรื่องคนอื่นก่อน แล้วค่อยกลับมาเล่าว่าชีวิตเขาดีขึ้น  
อย่างไรจากอิทธิพลของคนนั้น



# Sparklines โลกสองใบ



เส้นเรื่องที่เล่าโดยการเปรียบเทียบความ  
เป็นจริง-สิ่งที่คาดหวัง , โลกที่เป็น  
(Ordinary world) กับโลกอุดมคติ  
(Ideal world)

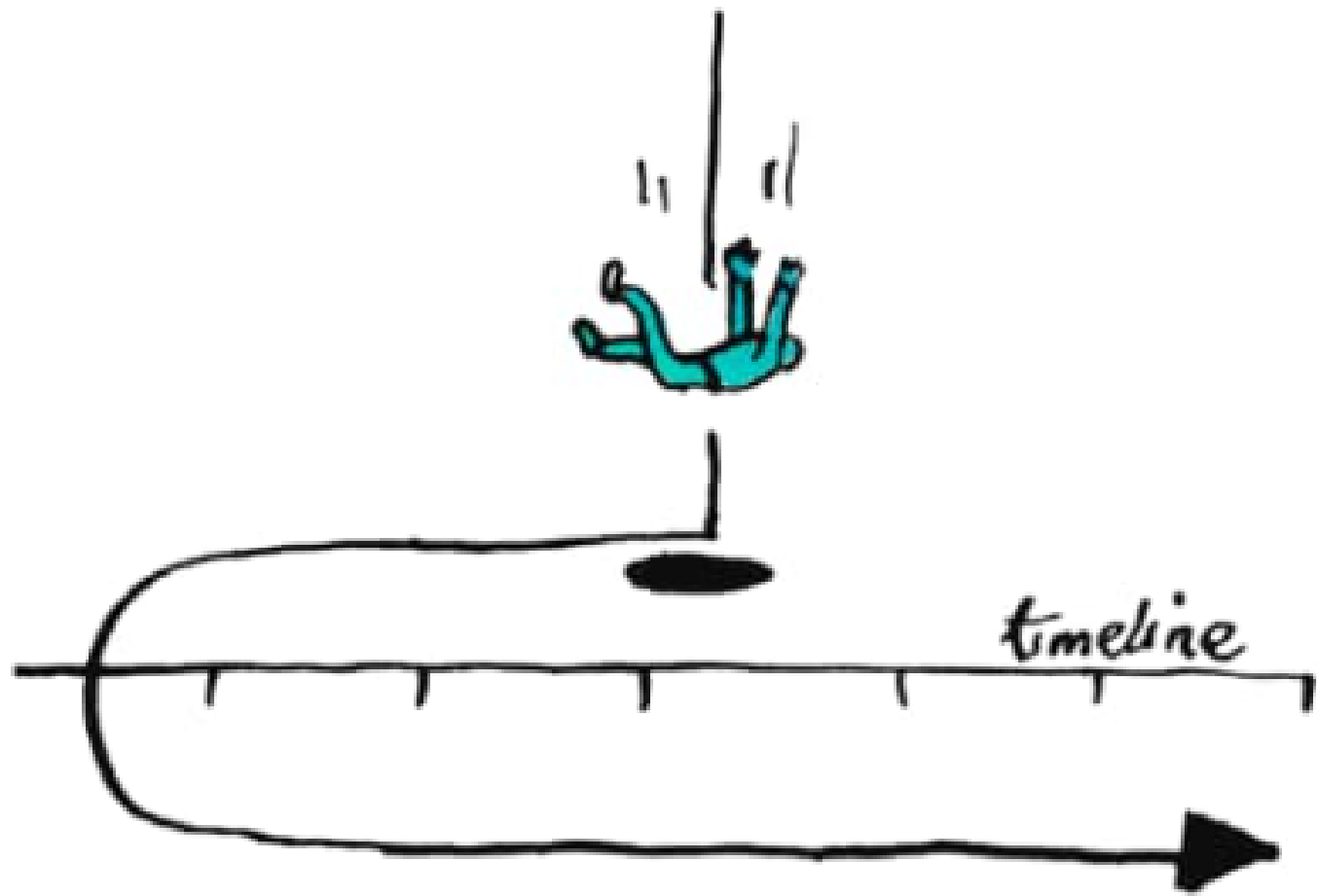
## จุดเด่น

เห็นบ่อยใน speech ที่ต้องการสร้างแรงบันดาลใจ และกระตุ้นให้คนเปลี่ยนความคิดหรือพฤติกรรม  
โครงสร้างนี้เป็นวิธีที่เล่นกับอารมณ์คนดูได้มาก สร้างความหวังที่จะเปลี่ยนแปลงไปสู่สิ่งที่ดีกว่า สร้าง  
อารมณ์ร่วม ความฝันและอุดมการณ์ร่วม ให้เห็นความหวังและความเป็นไปได้

\*PM2.5

# In Medias Res เปิดกลางเรื่อง

IN MEDIAS RES



เอาตอนกลางของเรื่อง ที่น่าสนใจมาเล่าก่อน  
ดึงดูดความสนใจได้เร็ว ผู้ฟังจะตั้งใจฟังที่  
เลือออย่างดี เพื่อหาคำตอบและที่มาที่ไป  
ก่อนย้อนกลับไปเล่าแบบอริบทบทมาใหม่

## จุดเด่น

ทริคของเส้นเรื่องแบบนี้คือ อย่าให้ข้อมูลมากเกินไป  
ตั้งแต่ต้น ต้องซ่อนคำใบ้หรือเงื่อนงำบางอย่างไว้  
เป็นตัวจับความสนใจก่อน เพื่อให้ผู้ชมติดตาม และ  
มาอธิบายเฉลยทีหลัง

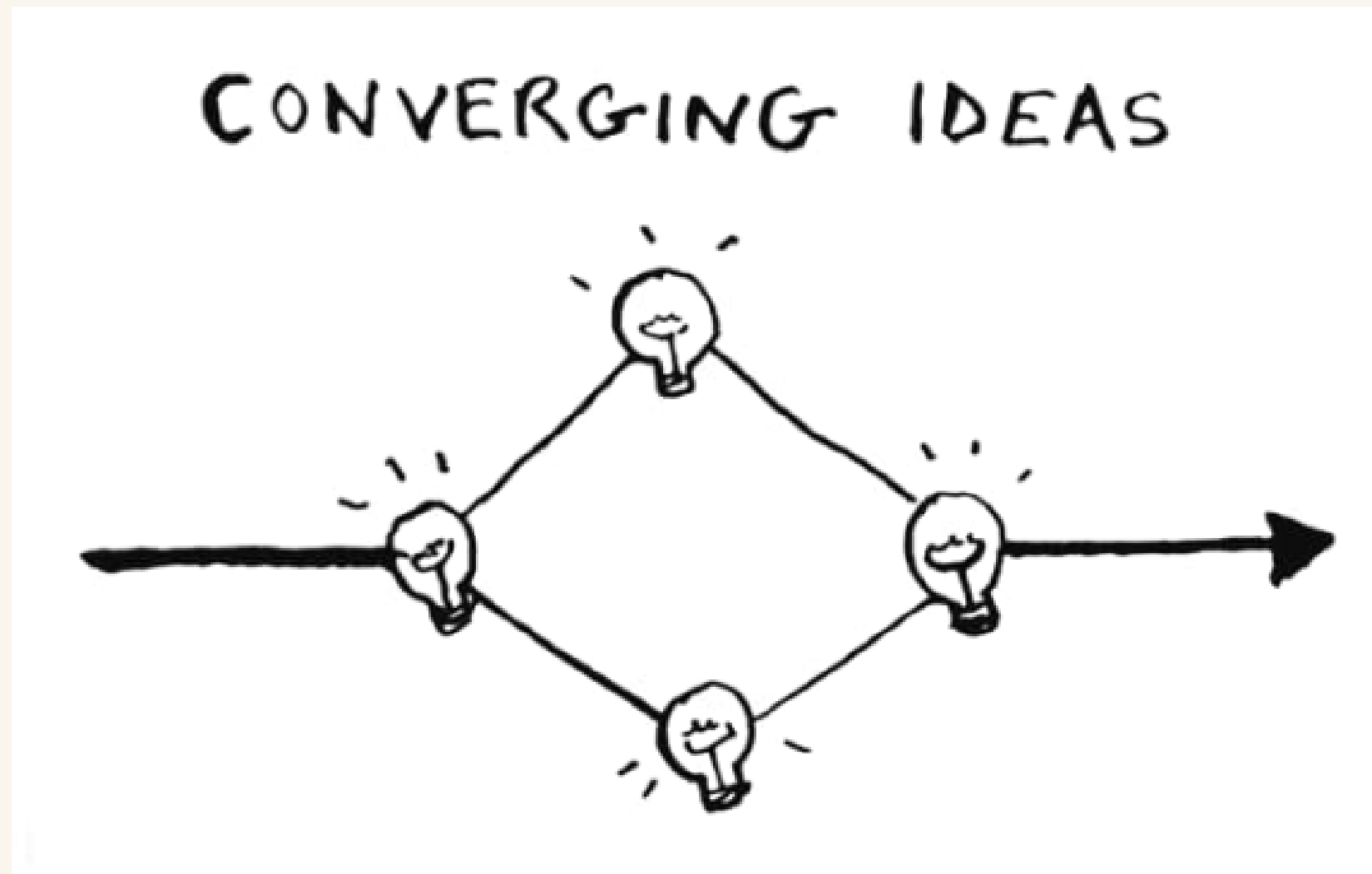
\*สูตร:

<https://www.runwisdom.com/2019/03/story-telling>

<https://www.afterklass.com//>



# Converging Ideas คิดต่างไปด้วยกัน



\*โครงการติดตาม ประเภทสหสาขา

เป็นการเล่าว่าความคิดจากหลายศาสตร์  
หลายสาขา หลายรูปแบบร่วมกันสร้างไอเดีย  
หรือผลิตภัณฑ์ นวัตกรรมใหม่ได้อย่างไร

จุดเด่น

มักใช้ในการเล่าจุดกำเนิดของเรื่องราวใดๆ ที่  
เกิดจากคนหลายคน หลายที่มาและรูปแบบ  
ทำงานหรือสร้างสรรค์นวัตกรรมใหม่ๆ โดยมุ่ง  
ไปสู่จุดหมายเดียวกัน

<https://www.runwisdom.com/2019/03/story-telling>

<https://www.afterklass.com//>



# False Start เส้นทางพกพัน

FALSE START



เล่าเรื่องความผิดพลาดตั้งแต่ต้นเรื่อง จน  
ต้องเริ่มต้นใหม่ พิศาคาของพุ่ฟัง แสดงถึง  
วิธีการเล่าเรื่องแบบที่ยืดหยุ่น ให้เห็นถึง  
ปัญหา จุดหักเห ที่นำไปสู่เหตุการณ์

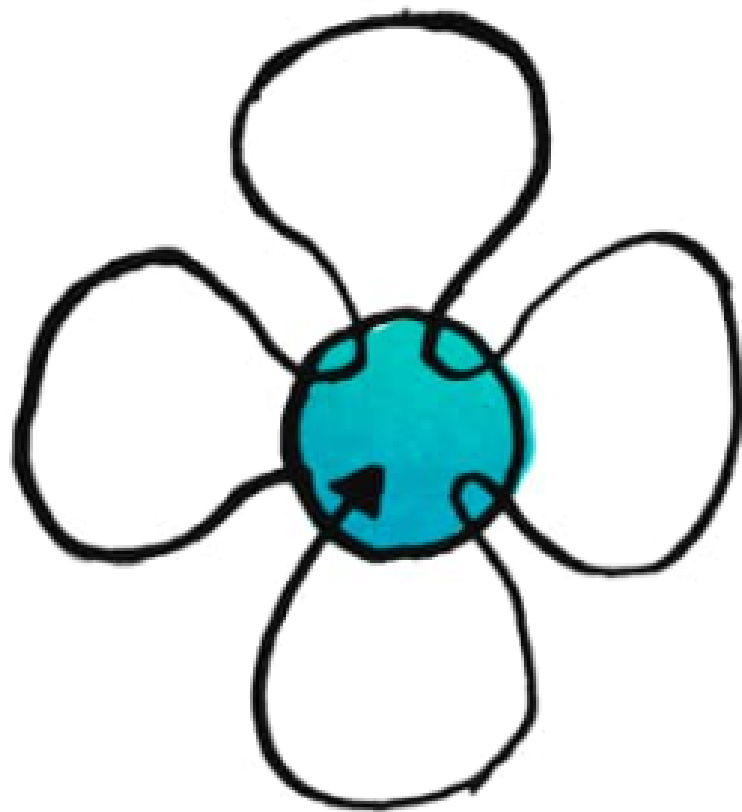
## จุดเด่น

เหมาะกับการเล่าประสบการณ์ที่เคยล้มเหลว ต้องกลับ  
ไปเริ่มใหม่จากศูนย์ แล้วจึงเล่าว่าการล้มเหลวครั้งนั้นๆ  
ทำให้เกิดการเรียนรู้อะไร หรือการลุกขึ้นมาใหม่ เกิด  
จากความคิด/นวัตกรรมอะไรที่สร้างสรรค์ขึ้น

\*โครงการติดตาม เริ่มเล่าจากความล้มเหลว

# Petal Structure ต่างใจเดียวกัน

## PETAL STRUCTURE



เล่าหลาย ๆ เรื่อง อาจเป็นหลายกรณีศึกษา  
โดยที่ทุกเรื่องมีส่วนสนับสนุน เชื่อมโยงสู่  
ใจความสำคัญเดียวกัน

### จุดเด่น

เปรียบเทียบแต่ละเรื่องเป็นกลีบดอกไม้ และแกนกลางคือ  
สาระสำคัญ เส้นเรื่องนี้ทำให้คอนเซ็ปหลักหนักแน่น  
เพราะมีเรื่องสนับสนุนหลายเรื่อง

\*How great leaders inspire action (ผู้นำที่ดีสร้างแรงบันดาลใจให้เกิดการลงมือทำได้อย่างไร) โดย Simon Sinek

<https://www.runwisdom.com/2019/03/story-telling>

<https://www.afterklass.com//>

# REFERENCES



1.เล่าเรื่องอย่างไรให้คนฟังประทับใจ? กับ 8 เส้นเรื่องคลาสสิก

<https://www.afterclass.com/>

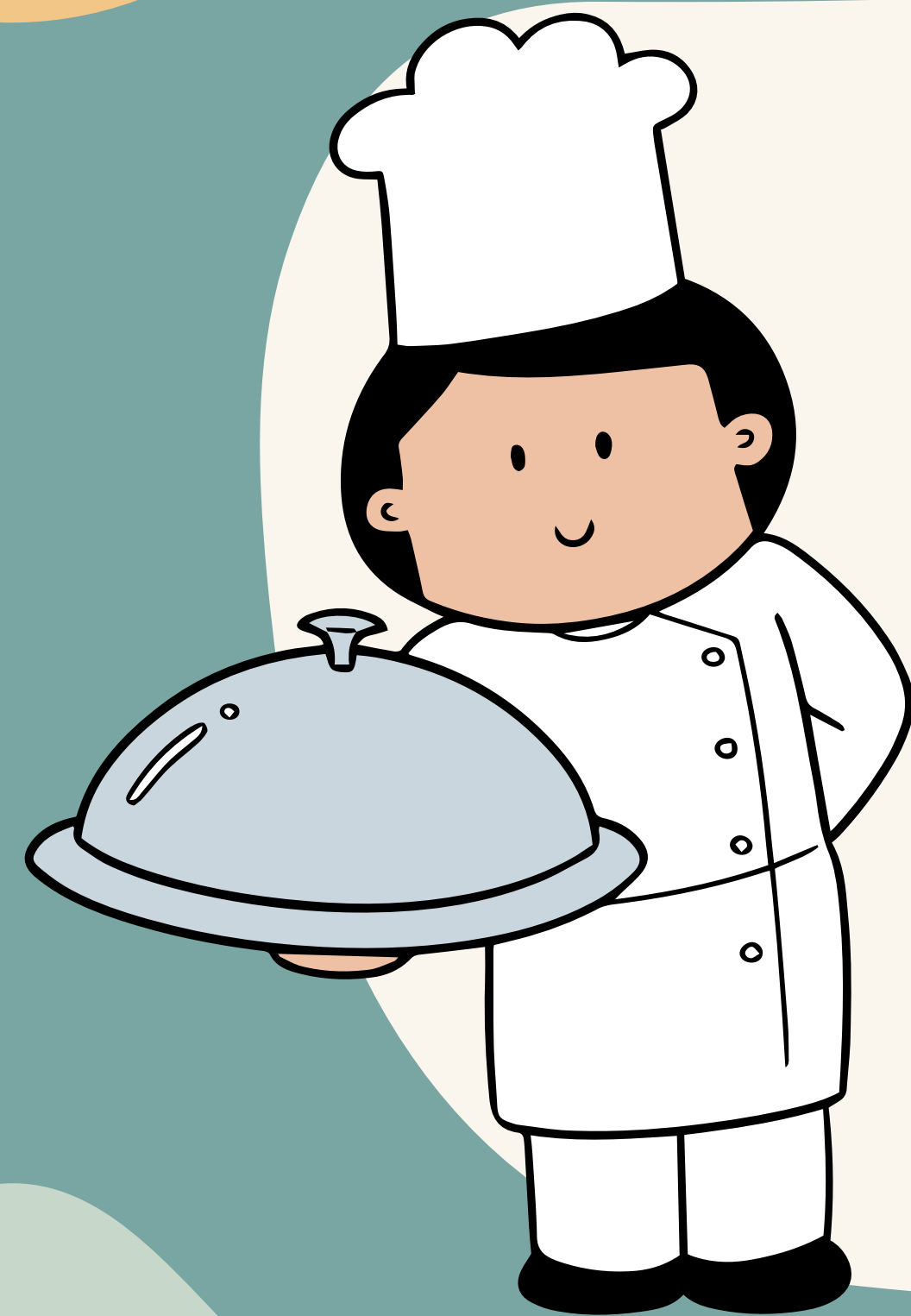
2.เทคนิคการเล่าเรื่อง 8 แบบ : STORY TELLING

<https://www.runwisdom.com/2019/03/story-telling>

3.<https://www.baanjommyut.com>

# A Chef

- Thanapan Choobun เขียนเรื่องเล่าเพื่อสร้างแรงบันดาลใจ สไตล์ care giver
- พิงเนตร อติแพทย์ นักเขียนเรื่องสั้น รางวัล เขียนเรื่องเล่า สไตล์ สร้างงานศิลปะ บทกวีกระแทกใจ กร่อนอารมณ์
- นีวกมล เขียนเรื่องเล่า บันทึก How to แชร์เรื่องราวความรู้ ความหวัง และความรัก



# Tricks

- วัตถุประสงค์ (ประกวด / สรุป ทบทวนความรู้ / รายงานสรุป ฯลฯ) และกลุ่มเป้าหมายของเราคือใคร
- ระเบิดระว่างการใช้ภาษา / คำพูด
- อ่านเยอะๆ เพื่อเรียนรู้แนวการเขียน
- สไตลการเขียน คือสิ่งที่ลอกเลียนไม่ได้ เพราะฉะนั้น เราไม่ควรลอกลายมือคนอื่น
- การเขียนเรื่องเล่าให้ดี ก็เหมือนการทำหนังดีๆ ชักเรื่อง เรื่องราวดีๆ เราจะอ่านจนวางไม่ลง เหมือนซีรีส์ที่ไม่อยากให้ถึงตอนอวสาน
- ตรวจสอบคำถูกผิด



ตามหาให้เจอว่า  
“แรงบันดาลใจในงานเขียน  
ของเราคืออะไร”

“เพื่อถ่ายทอดเรื่องราว สร้างกำลังใจ”  
ไม่ใช่เพื่อได้รางวัล







# กิจกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ “ตั้งวงเล่า คนเล่าเรื่อง”

วันอังคารที่ 28 มีนาคม 2566 เวลา 13.00-15.00 น.

ห้องประชุมสิรินธร





# ต่อยอดเรื่องเล่า สู่รางวัลเรื่องเล่าสร้างแรงบันดาลใจ



คณะทำงานพัฒนาคุณภาพ งานการพยาบาลศัลยศาสตร์และศัลยศาสตร์ออร์โธปิดิกส์





# ชื่อผลงาน: S&P (Screening & Prevention) for DVT

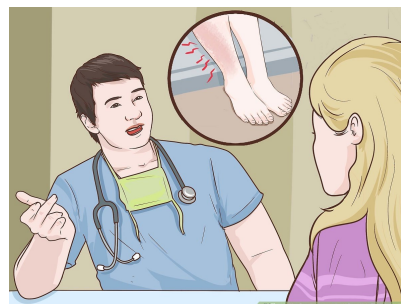
โดย พว. อุไรพร ศิริเทพ (งานการพยาบาลศัลยศาสตร์และศัลยศาสตร์ออร์โธปิดิกส์)



**ภาวะหลอดเลือดดำส่วนลึกที่ขาอุดตัน (deep vein thrombosis; DVT)** เป็นความเสี่ยงสำคัญในผู้ป่วยศัลยกรรม โดยเฉพาะศัลยกรรมระบบประสาท ศัลยกรรมกระดูกและไขสันหลัง ผู้ป่วยที่ได้รับบาดเจ็บจากอุบัติเหตุ สาเหตุจากร่างกายโดยเฉพาะขาไม่มีการเคลื่อนไหว หรือการผ่าตัดที่ใช้เวลานาน โดยมีอาการแสดงสำคัญคือ ขาข้างที่เป็น ปวด บวม แดง ผิวหนังอุ่น บวมตามแนวที่หลอดเลือดดำผ่าน ปวดน่องเมื่อให้กระดูกปลายเท้า ภาวะ DVT อาจนำไปสู่การอุดตันของหลอดเลือดที่ปอด (pulmonary embolism; PE) ส่งผลให้ผู้ป่วยต้องนอนรักษาตัวในโรงพยาบาลนานขึ้น จำเป็นต้องได้รับการรักษาด้วยยาต้านการแข็งตัวของเลือด เพิ่มความเสี่ยงต่อภาวะเลือดออกมาก และอาจรุนแรงถึงชีวิตได้



ฉันเคยมีประสบการณ์เกี่ยวกับการดูแลผู้ป่วย DVT ที่จำฝังใจมา โดยตลอดคือ เมื่อ 5 ปีที่แล้ว ขณะปฏิบัติหน้าที่เวรดิค ฉันได้รับโทรศัพท์จากแพทย์ประจำบ้านว่า "พี่พยาบาลครับ ผมขอย้ายผู้ป่วยจากหอผู้ป่วยสามัญเข้าไอซียู 1 รายนะครับ เป็นเคสที่วางแผนจะให้กลับบ้าน 1-2 วันนี่ แต่เกิด cardiac arrest จาก PE"



ฉันถามแพทย์กลับไปว่า "ทำไมอยู่ดีๆ ผู้ป่วยจึงเกิด PE ได้คะ" แพทย์ตอบว่า "น่าจะเกิดจาก DVT ครับ" ผู้ป่วยรายนี้เสียชีวิตหลังจากรักษาตัวอยู่ในไอซียู 1 สัปดาห์ ญาติรับไม่ได้ ไม่เข้าใจว่าทำไมผู้ป่วยจึงเกิดหัวใจหยุดเต้นกระทันหัน เนื่องจากเห็นว่าอาการดีขึ้นจนสามารถวางแผนออกจากโรงพยาบาล เหตุการณ์นี้ยังฝังอยู่ในใจของฉันมาตลอด

นอกจากปฏิบัติงานพยาบาลแล้ว ฉันได้รับโอกาสให้ช่วยงานด้านพัฒนาคุณภาพของงานการพยาบาลศัลยศาสตร์ฯ ฉันเห็นตัวเลขการรายงานผู้ป่วยเกิดภาวะ PE ที่มีสาเหตุมาจาก DVT เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ทุกไตรมาส จาก 1 เป็น 2 เป็น 3 ราย แม้ตัวเลขจะดูน้อย แต่ผลที่ตามมาที่น่าตกใจยิ่งนัก ผู้ป่วยต้องรับการรักษาตัวในโรงพยาบาลนานขึ้น ค่ารักษาพยาบาลเพิ่มขึ้น ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยและครอบครัว บางรายถึงขั้นเสียชีวิต



ฉันและทีมเริ่มวิเคราะห์ข้อมูล เทียบเคียงกับผู้ป่วยกลุ่มอื่น แล้วเกิดคำถามขึ้นว่า "ทำไมผู้ป่วยของเรา มีความเสี่ยงต่อ DVT มากกว่าผู้ป่วยอื่นๆ มันต้องมีสาเหตุและปัจจัยเสี่ยงที่จำเพาะกับผู้ป่วยเรา" จึงเรามาหาคำตอบกันเถอะ ฉันกับทีมตั้ง commitment ร่วมกัน จากนั้นช่วยกันวิเคราะห์หาสาเหตุ ปัจจัยเสี่ยง รวมถึงวิธีการป้องกัน DVT งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แลกเปลี่ยนเรียนรู้กับพยาบาลที่มีประสบการณ์การดูแลผู้ป่วยกลุ่มเสี่ยง และแพทย์ผู้ทำการรักษา

# ชื่อผลงาน: S&P (Screening & Prevention) for DVT

โดย พว. อุไรพร ศิริเทพ (งานการพยาบาลศัลยศาสตร์และศัลยศาสตร์ออร์โธปิดิกส์)



ต่อ:-

เมื่อฉันทำการสืบค้นย้อนหลังว่าพบว่า มีผู้ป่วยเคยได้รับรางวัลโครงการติดตามเรื่อง “**แนวปฏิบัติเพื่อป้องกันการเกิดภาวะ DVT ในกลุ่มผู้ป่วยประสาทศัลยศาสตร์**” เป็นความโชคดีมากๆ เนื่องจากเจ้าของโครงการเป็นพี่ในที่ของฉัน หลังจากได้พูดคุยแลกเปลี่ยนกัน ฉันรู้สึกชื่นชมและได้รับแรงบันดาลใจจากพี่ที่เป็นเจ้าของโครงการเป็นอย่างมาก ฉันและทีมใช้เวลาทำงานร่วมกันประมาณ 3-4 เดือน มีการประชุมปรึกษากับอาจารย์แพทย์ภาควิชาศัลยศาสตร์ บรรยาภาสในการทำงานมีทั้งความสนุก ทำหาย ความคิดเห็นที่แตกต่าง แนวปฏิบัติผ่านการปรับแก้ครั้งแล้วครั้งเล่า สุดท้ายเราก็สามารถหาจุดที่เหมาะสมและเป็นประโยชน์สูงสุดต่อผู้ป่วย จนในที่สุดก็ได้ “**แนวปฏิบัติเพื่อป้องกันการเกิด DVT ในกลุ่มผู้ป่วยศัลยศาสตร์**” พร้อมทั้งจะนำสู่การปฏิบัติ

ในขั้นตอนการพัฒนา ว่ายากแล้ว การนำลงสู่การปฏิบัติโดยที่มีผู้ปฏิบัติงานจำนวนมากย่อมมีความยุ่งยากมากกว่า ซึ่งงานการพยาบาลศัลยศาสตร์ฯ มีจำนวนผู้ป่วยมากถึง 28 หอผู้ป่วย ฉันทและทีมวางแผนการนำไปใช้โดย นำร่องการใช้แนวปฏิบัติในหอผู้ป่วยที่มีความพร้อมก่อนที่จะขยายผลไปยังทุกหอผู้ป่วยภายในระยะเวลา 1 ปี ถึงแม้ว่าจะมีการประชุมชี้แจงหอผู้ป่วยให้เข้าใจถึงความสำคัญ/วัตถุประสงค์ของแนวปฏิบัติ และจัดการอบรมเชิงปฏิบัติการเกี่ยวกับรายละเอียดการใช้แนวปฏิบัติ แต่ก็ยังพบปัญหามากมายในการนำไปใช้ปฏิบัติงานจริง

ฉันและทีมมีการประเมิน ติดตามปัญหา อุปสรรค และวิเคราะห์ผลลัพธ์ทุกเดือน รวมทั้งจัดทำช่องทางการสื่อสารข้อมูล และแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประเด็นปัญหาที่พบภายหลังนำแนวทางปฏิบัติไปใช้ เพื่อให้ผู้ปฏิบัติงานพึงพอใจ และผู้ป่วยได้รับการดูแลตามแนวปฏิบัติ นำไปสู่ความปลอดภัยจาก DVT

แนวปฏิบัติช่วยให้ผู้ป่วยที่มีความเสี่ยงสูงสามารถเข้าถึงการตรวจคัดกรองและวินิจฉัย DVT จากแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ ส่วนผู้ป่วยที่มีความเสี่ยงน้อยได้รับการพยาบาลเพื่อป้องกัน DVT ด้วยการช่วยทำ active/passive foot-ankle pumping exercise/ intermittent pneumatic compression devices

ฉันรู้สึกภาคภูมิใจในตัวเองมากที่มีส่วนร่วมในการขับเคลื่อนโครงการนี้จนประสบความสำเร็จ ปี พ.ศ 2563 เราได้รับรางวัลโครงการติดตาม นวัตกรรมดีเด่นประเภทสหสาขา และได้นำเสนอในมหกรรมคุณภาพ มหาวิทยาลัยมหิดล (MU quality fair)

ภาควิชาออร์โธปิดิกส์มองเห็นประโยชน์ของแนวปฏิบัติ สนใจนำไปขยายผลกับกลุ่มผู้ป่วยออร์โธปิดิกส์ ยิ่งไปกว่านั้นงานพัฒนาคุณภาพ คณะแพทยศาสตร์ฯ ขอให้มีการพัฒนาและขยายผลไปยังทุกกลุ่มผู้ป่วย ฉันทและทีมจึงวางแผนร่วมกันกับฝ่ายการพยาบาลเพื่อขยายผลไปยังฝ่ายการพยาบาลภายในปี พ.ศ 2565 นี้

ในกระบวนการรักษาพยาบาลผู้ป่วยย่อมมีความเสี่ยงเกิดขึ้น ฉันทได้เรียนรู้ที่จะจัดการกับความเสี่ยงต่างๆ โดยที่ไม่ต้องรอให้เกิดความผิดพลาดขึ้น เนื่องจากความเสี่ยงบางอย่างหากเกิดขึ้นแล้วก่อให้เกิดความเสียหายรุนแรงตามมา เช่น ความเสี่ยงต่อ Intraoperative PE จากสาเหตุ DVT เป็นต้น สุดท้ายนี้ฉันและทีมคณะทำงานฯ หวังเป็นอย่างยิ่งว่า

“**ผู้ป่วยที่ได้รับการผ่าตัดใหญ่ทุกคน จะได้รับการคัดกรองภาวะ DVT และดูแลให้ปลอดภัยจากภาวะ DVT และ PE ได้ในที่สุด**”





# พลังจากเรื่องเล่า สู่รางวัลเรื่องเล่าสร้างแรงบันดาลใจ



สังสมประสบการณ์

ทบทวน ไตร่ตรอง สรุปลสาระ/ถอดบทเรียน

เล่าเรื่อง/เรียงร้อยเป็นบทความ

เก็บเป็นความรู้/ความภาคภูมิใจ

ถ่ายทอด เผยแพร่ เพื่อการเรียนรู้/ปรับใช้/ต่อยอด

สร้างแรงบันดาลใจให้กับผู้อ่าน/ผู้ฟัง