"เรื่องเล่าจากใจ"

Siriraj Palliative Care Day 2010

"Palliative Care : Sharing the Care"

วันที่ 6-8 ตุลาคม 2553

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

ศูนย์บริรักษ์ ศิริราช : 024199679,024199680
http://www1.si.mahidol.ac.th/palliative

"ฝ่ายออกแบบและผลิต บริษัท ต้นไทร ครีเอชั่น จำกัด"

เรื่องเล่าจากใจ

เรื่องเล่าจากใจ

ที่ปรึกษา : รศ.นพ.สุรินทร์ ธนพิพัฒนศิริ
บรรณาธิการอำนวยการ : ผศ.นพ.รุ่งนิรันดร์ ประดิษฐสุวรรณ
รองบรรณาธิการอำนวยการ : นางศิริรัตน์ พิชิตชัยชาญ
บรรณาธิการ : นางสาลินี สมานะวณิชย์
ผู้ช่วยบรรณาธิการ : นางสาวราตรี ฉิมฉลอง
นายอภิเดช เทียนหยด นางสาวนิภา ปานมา
ISBN : 978-974-11-1355-2
พิมพ์ครั้งที่ 1 : ตุลาคม 2553
จำนวนพิมพ์ : 1,500 เล่ม
ออกแบบปก : บริษัทต้นไทร ครีเอชั่น จำกัด
จัดพิมพ์โดย : คณะกรรมการดำเนินการ Palliative Care
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล และศูนย์บริรักษ์ ศิริราช

พิมพ์ที่
บริษัท ศิลป์สยามบรรจุภัณฑ์และการพิมพ์ จำกัด
61 ถนนเลียบคลองภาษีเจริญฝั่งเหนือ (เพชรเกษม 69)
แขวงหนองแขม เขตหนองแขม กรุงเทพฯ 10160
โทรศัพท์ 0-2444-3351-9 โทรสาร 0-2444-0078
e-mail: silpasiamprinting@hotmail.com

...จากใจ...

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มีนโยบายสนับสนุนการดำเนินงาน Palliative care ทั้งด้านการศึกษาและการบริการทั่วทั้งองค์กร โดยมีเป้าหมายหลัก คือ สื่อสารแนวคิดจากการศึกษานำสู่การปฏิบัติ และจัดระบบบริการเพื่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยและครอบครัว จึงเกิดโครงการ Siriraj Palliative Care Day 2007 ซึ่งจัดขึ้นเป็นครั้งแรกและจัดต่อเนื่องเป็นประจำทุกปี Wall of Love ก็เป็นกิจกรรมหนึ่งที่สร้างความประทับใจด้วยมุมมองที่แตกต่าง ทำให้เห็นว่า คน เป็นอะไรมากกว่าตัวตนที่เป็นร่างกาย เพราะภายในคนมีพลังแห่งชีวิต เป็นชีวิตที่มีจุดมุ่งหมายที่ไม่ใช่เพื่อตนเอง มีผู้กล่าวว่า ควรใช้ชีวิตราวกับว่าวันนี้เป็นวันสุดท้าย จะได้ไม่รู้สึกเสียดาย หากไม่มีวันพรุ่งนี้ เพราะแท้จริงแล้วไม่มีใครรู้ว่าจะมีวันพรุ่งนี้หรือไม่ แต่ก็ยังมีความหวังเสมอ หนังสือ **เรื่องเล่าจากใจ** จึงเป็นการถ่ายทอดประสบการณ์ แรงบันดาลใจ ความรู้สึกนึกคิดของผู้ป่วย ครอบครัวผู้ป่วย ผู้ใกล้ชิดผู้ป่วย ผู้มีหน้าที่ดูแลผู้ป่วย เป็น Sharing to Success ถ้าจะถามว่า... สิ่งที่ทำให้วันนี้ ทำแล้วรู้สึกภาคภูมิใจ มองเห็นคุณค่าของตัวเองเพิ่มขึ้นไหม เรื่องล่าจากใจ...คือคำตอบ เพราะเป็นการสร้างความสุขให้ตัวเองวิธีหนึ่งคือ **การทำให้คนอื่นมีความสุข**

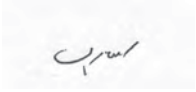
ศิริรัตน์ พิชิตชัยชาญ

7 ตุลาคม 2553

คำนิยม

ข้าพเจ้าได้อ่านต้นฉบับของหนังสือ **"เรื่องเล่าจากใจ"** แล้วเกิดความประทับใจในสื่อสาระที่คั้นออกมาจากหัวใจและการลงมือปฏิบัติจนเกิดประโยชน์ต่อทั้งผู้ให้และผู้รับ การเขียนเล่าเรื่องดีๆ ที่มนุษย์พึงประพฤติปฏิบัติต่อเพื่อนมนุษย์ด้วยกันดังปรากฏในหนังสือนี้ จะช่วยสร้างแรงบันดาลใจและสร้างเสริมกำลังใจให้ผู้ที่ได้มีโอกาสอ่าน และช่วยส่งเสริมให้สังคมไทยมีความเกื้อกูลกันยิ่งขึ้น

ขอขอบคุณทุกท่านที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการรังสรรค์สื่อที่มีคุณค่า **"เรื่องเล่าจากใจ"** และขอแสดงความชื่นชมทุกท่านที่สามารถถ่ายทอดการกระทำที่งดงามออกมาเป็นข้อความที่สละสลวย



รองศาสตราจารย์นายแพทย์สุรินทร์ ธนพิพัฒนศิริ
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลศิริราช

คำนิยม

หัวใจสำคัญของบริการทางสาธารณสุข คือ การที่แพทย์ พยาบาล และผู้เกี่ยวข้องทั้งหมดขยายกรอบความคิดจากการรักษาโรคหรือรักษา “ไข้” ไปสู่การรักษา “คน” นั่นคือ การดูแลผู้ป่วยด้วยหัวใจของความเป็นมนุษย์

การแพทย์ การสาธารณสุขที่ผ่านมา มักเอาโรคเป็นตัวตั้ง (disease-oriented) ทำให้คิดและปฏิบัติต่อผู้ป่วยแบบแยกส่วน โดยเน้นที่มิติทางกายภาพหรือ “โรค” อย่างเดียว ในขณะที่ความเจ็บป่วย (illness) และสุขภาพหรือสุขภาวะ (health) ประกอบด้วยมิติแบบองค์รวม ทั้งกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ ดังนั้น เมื่อผู้ป่วยเป็นโรค โดยเฉพาะโรคที่คุกคามต่อชีวิต (life-threatening illness) และโรคเรื้อรังต่างๆ นอกจากผู้ป่วยและครอบครัวจะเป็นทุกข์แล้ว ผู้ให้การรักษาพยาบาลเองก็เป็นทุกข์ด้วย เนื่องจากแม้จะรู้สึกว่าได้ทุ่มเทแรงกาย แรงใจอย่างเต็มที่ แต่ผลการรักษาก็ยังไม่เป็นที่น่าพอใจ แถมบางครั้งยังมีความไม่เข้าใจกันระหว่างผู้ป่วย ครอบครัว และทีมผู้รักษาพยาบาล

ผู้ที่ป่วยด้วยโรคที่คุกคามต่อชีวิต ไม่ว่าจะเป็นโรคที่มีอาการหนักอย่างเฉียบพลันหรือเรื้อรัง จึงควรได้รับการดูแลแบบ Palliative care ซึ่งเป็นการดูแลผู้ป่วยและครอบครัวในลักษณะทีมสหสาขาวิชาชีพ และเป็นองค์รวม เพื่อบรรเทาและป้องกันความทุกข์ทรมานของผู้ป่วย เพื่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยและครอบครัวที่ดีขึ้น และเพื่อช่วยให้ผู้ป่วยได้มีชีวิตอย่างมีศักดิ์ศรีจนถึงวาระสุดท้าย

Palliative care จึงเป็นรูปแบบของการดูแลผู้ป่วยด้วยหัวใจของความเป็นมนุษย์ การที่คณะกรรมการดำเนินการ Palliative Care คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ร่วมกับคณะกรรมการดำเนินการพัฒนา Palliative Care ของฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลศิริราช ได้รวบรวมเรื่องเล่าจากใจ 17 เรื่อง จากบุคลากรศิริราช อาสาสมัคร และผู้ป่วยเอง จึงเป็นเรื่องที่น่าชื่นชม ถือเป็นการเปิดมิติของการดูแลคนไข้ทั้งคน มิใช่ดูแลแต่ "ไข้" เท่านั้น ยิ่งเมื่อได้อ่านเรื่องราวเหล่านี้ ยิ่งรู้สึกประทับใจในความดีที่มนุษย์ปฏิบัติต่อเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน

ศ.เกียรติคุณ นพ.ประเวศ วะสี เคยกล่าวไว้ว่า มนุษย์ทุกคนมีเมล็ดพันธุ์แห่งความดีอยู่ในหัวใจ ดังนั้น การที่ได้อ่านเรื่องราวดีๆ ความรู้สึกดีๆ ของมนุษย์ที่มีต่อเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน ก็เหมือนได้รดน้ำให้เมล็ดพันธุ์แห่งความเป็นมนุษย์ได้งอกงาม เติบโตเป็นต้นไม้ใหญ่ที่ร่มเย็นต่อไป

ผมเชื่อว่าเมื่อท่านได้อ่านเรื่องราวดีๆ ของมนุษย์เล็กๆ ที่ได้ถูกบันทึกไว้ในหนังสือเล่มนี้ ท่านจะเกิดความรู้สึกปีติ ซาบซึ้ง และเกิดเป็นแรงผลักดันให้เกิดการกระทำความดีต่อกันอย่างไม่สิ้นสุด และท่านอาจหวนระลึกถึงสิ่งดีๆ ที่ท่านได้เคยปฏิบัติต่อผู้ป่วยและครอบครัวของพวกเขา จนต้องหยิบจับปากกามาบันทึกเรื่องราวของท่านเองบ้างก็ได้

ผศ.นพ.รุ่งนิรันดร์ ประดิษฐสุวรรณ
รักษาการประธานศูนย์บริรักษ์ ศิริราช

สารบัญ

เรื่องเล่าจากใจผู้ป่วย

ความทรงจำที่ไม่เคยลืม 2

เรื่องเล่าจากใจอาสาสมัคร

คุณแม่ใจสู้ 5

เรื่องเล่าจากใจพยาบาล

ความประทับใจในตัวผู้ป่วย 8

น้องจีโน่ หนูน้อยมหัศจรรย์ 11

เรื่องของน้องนนท์ 14

โบตั๋นกลีบสุดท้าย 18

เรียนรู้ที่จะมีความสุข 21

โครงการวิถีแห่งชีวิต Humanized Health Care 24

เราจะดูแลกัน 28

บทบาทของพยาบาลกับการดูแลผู้ป่วยมะเร็ง 30

หมั่นคอยดูแลและรักษา...ดวงใจ 32

ด้วยรักและแรงอธิษฐาน 36

ดูแลเขา...แต่เรากลับได้ 42

ตัวห่างไกล...ใจอยู่ใกล้ 46

ให้โอกาสกับชีวิต...หยุดคิดทำร้ายตนเอง 50

ครั้งหนึ่ง...ในความทรงจำ 53

เรื่องเล่าจากใจผู้ป่วย

ความทรงจำที่ไม่เคยลืม

ความรู้สึกที่มารักษาตัวที่โรงพยาบาล ตอนแรกก็อยากมารักษา เพราะมีอาการเลือดออกมาก ตัวซีด มีไข้ รู้สึกไม่สบายตัว เป็นอาการที่รู้สึกแย่มาก ๆ เมื่อได้มาพักรักษาตัวอาการก็ดีขึ้นตามลำดับ คือมีไข้ก็อาการดีขึ้น ไม่ไอเหมือนแต่ก่อน ไม่รู้สึกครั่นเนื้อครั่นตัว มีพยาบาลมาคอยตรวจอาการ มีการวัดไข้ และเช็กความดันตลอดเวลา ทำให้รู้ว่าอาการไข้ค่อย ๆ ดีขึ้น เมื่ออาการดีขึ้นหมอก็พร้อมที่จะผ่าตัด ตอนแรกยังไม่มีคิวผ่า แต่หมอคงเห็นว่าอาการหนักผ่าตัดไว ๆ จะได้หายไว ๆ เพราะรู้สึกว่าก้อนเนื้อเริ่มโตขึ้นเรื่อย ๆ และถ่ายปัสสาวะเริ่มติดขัด ถ้าปล่อยไว้นานอาจทำให้ระบบปัสสาวะอักเสบก็ทำให้มีโรคเพิ่มขึ้น

เมื่อถึงวันผ่าตัดรู้สึกไม่กลัว แต่กังวลเรื่องจะเจ็บแผลหรือเปล่า การผ่าตัดจะราบรื่นหรือเปล่า เพราะเป็นก้อนเนื้อที่ใหญ่และรู้สึกเหมือนผ่าตัดยาก แต่เมื่อรู้สึกตัวหลังผ่าตัดก็ไม่เป็นอะไรมาก ไม่ปวดแผลมากแต่เคลื่อนไหวตัวลำบาก เพราะแผลผ่าตัดใหญ่ พยาบาลก็ช่วยเช็ดตัว หาของมาให้แปรงฟัน และให้ออกกำลังกายเยอะ ๆ เป็นการให้บริการที่ดีคนไข้จะได้ไม่ขี้เกียจที่จะ

ลุกนั่งเพราะเจ็บแผล ทำให้ไม่ชอบขยับตัว ไม่ชอบพลิกตัว นั่งหรือเดิน ก็ให้คนไข้ทำแต่เริ่มต้นก็จะทำให้กล้าที่จะขยับตัวนั่งหรือเดินให้ไว ๆ แผลที่ผ่าตัดจะได้หายไวขึ้นด้วย บางโรงพยาบาลปล่อยให้คนไข้นอนไปก่อน ทำให้คนไข้ไม่กระตือรือร้นที่จะขยับตัวแผลจะหายช้า ใช้เวลา 2-3 วัน คนไข้จะไม่รู้สึกเจ็บแผล บางคนกลับบ้านได้ก็ดี พูดถึงความสะอาดห้องน้ำ ก็สะอาดดี มีรองเท้าสำหรับเข้าห้องน้ำ มีการทำความสะอาดอยู่บ่อยครั้ง แต่บางครั้งก็ทำช้า แต่ก็รู้ว่าคงต้องให้สะอาดให้มากจริง ๆ เตียงนอนมีการเปลี่ยนผ้ารองนอนทุกวัน มีการนำขยะไปทิ้งให้ทุกวันจะทำให้ไม่มีเชื้อโรค มีผ้า/เสื้อผ้าให้เปลี่ยนตลอดเวลาเมื่อเลอะไม่สะอาด

ตอนนี้รู้สึกว่าอาการดีขึ้นมากค่ะ ไม่มีไข้ ไม่เหนื่อยง่ายเหมือนแต่ก่อน ไม่มีเลือดออกก็เบาใจมากขึ้น แต่ตอนนี้คิดถึงบ้านเพราะอยู่โรงพยาบาลมาหลายวันจริง ๆ แต่ก็เหมือนจะชินซะแล้วค่ะ นอนแล้วก็กินแล้วก็นั่งเล่น ไม่ได้ทำอะไรก็เบื่อบ้าง พยายามหาอะไรมาทำให้เพลิน ช่วยได้เยอะค่ะ

แล้วที่จะลืมไปคือ **คุณพยาบาลเขามีกิจกรรมรวมกลุ่มคนไข้กันค่ะ มีการแลกเปลี่ยนปัญหาของแต่ละคน ให้อีกคนรับรู้ว่าเราไม่ได้มีปัญหาเรื่องโรคเพียงคนเดียว เมื่อได้รับรู้ว่ามีคนที่เป็นมากหรือน้อยกว่าเรา ก็รู้สึกว่าเราไม่ได้เป็นผู้ป่วยเพียงลำพัง ก็จะได้เพื่อนคุยและประสบการณ์ใหม่ ๆ มากขึ้น** วันศุกร์มีพระให้คนไข้ใส่บาตรก็ดีค่ะ ช่วยให้ได้ทำบุญสบายใจ ใจสบาย กายก็เป็นสุข

ผู้ป่วย ตึกพระศรีฯ ชั้น 11

เรื่องเล่าจากใจอาสาสมัคร

คุณแม่ใจสู้

ศูนย์บริรักษ์ศิริราช

ผู้ป่วยเป็น SLE มีจ้ำเลือดที่ผิวหนังมาโรงพยาบาลประจำ ตามอาการที่เกิด รู้ตัวว่าชีวิตจะไม่ยืนยาว พบกันครั้งแรกด้วยความขัดเขิน ผู้ป่วยจะกลับบ้านตอนเย็น ผู้ป่วยไม่คุ้นที่จะคุยด้วย ใช้เวลาคุยไปเรื่อย ๆ ทำความรู้จัก ผู้ป่วยอายุ 30 เศษ จบม.3 แต่ทำบัญชีได้ ตอนแรกทำงานกับบริษัทใกล้บ้าน หลังจากป่วยจึงลาออกจากงาน มีลูกชาย 1 คน กำลังเรียนหนังสือ ผู้ป่วยหย่ากับสามี ขณะนี้ผู้ป่วยและลูกชายอาศัยอยู่กับตาที่เลี้ยงดูผู้ป่วยมาตั้งแต่เด็ก และมีจิตใจดีมาก ผู้ป่วยกังวลเรื่องลูกชายเพียงอย่างเดียว เพราะไม่รู้ว่าจะมีชีวิตอีกนานเท่าไหร่ห่วงลูกชาย

จึงตัดสินใจเล่าเรื่องราวของตนเอง ตนเองแพ้ยาหลายตัว แพ้ทั้งยาแก้ปวดและยาแก้แพ้ตั้งแต่ลูกสาวยังเล็ก ๆ (ลูกสาวคนเดียว) หมอบอกว่าตายได้ตลอดเวลา ก็เลยได้คิดว่าต้องเตรียมลูกสาว ให้ช่วยเหลือตัวเองให้ได้ ต้องใจแข็งกับลูก หัดให้ลูกสาวไปโรงเรียนคนเดียว ซักผ้า รีดผ้า หุงข้าว ทำกับข้าวง่าย ๆ เป็น (ผู้ป่วยบอกว่า ลูกชายก็ทำเป็น) บอกกับผู้ป่วยว่าขอบคุณที่แพ้ยา **ขอบคุณที่เป็นมะเร็ง เพราะรู้ว่าชีวิตใกล้ความตายก็สอนลูก**

ให้อยู่รอดมาเป็นระยะ ๆ จนขณะนี้ รู้ว่าลูกรอดแล้วอยู่ได้แล้ว จึงพร้อมตายได้ทุกขณะ และบอกผู้ป่วยว่า ถ้าห่วงลูกต้องเตรียมลูกชายให้อยู่รอด **ความตายเป็นของปกติ เป็นกระบวนการหนึ่งของชีวิตแต่เราลืมไป** (ขอบคุณโครงการรักษาใจยามเจ็บป่วย ขอบคุณศาสตราจารย์เกียรติคุณแพทย์หญิงสุมาลี นิมมานนิตย์ อาจารย์นายแพทย์เสถียร สุขพณิชนันท์ และคุณพยาบาลทุก ๆ คน ได้แก่ คุณศรีอรุณ ธนะรัชติการนนท์ คุณปานทิพย์ ฟูเฟื่อง คุณสุนิย์ โรจน์กิจปัญญากุล) **ความตายไม่ใช่ของน่ากลัว เป็นการเปลี่ยนบ้านใหม่ของจิตเท่านั้น**

ได้ฝึกให้ผู้ป่วยกำหนด พอง-ยุบ และกำหนดสติด้วยการยกมือของหลวงพ่อเทียน แล้วให้คนไข้สังเกตว่าจิตใจเป็นอย่างไร ผู้ป่วยบอกว่าสบายดี บอกว่าให้จำความรู้สึกสบายไม่ทุกข์นี้ไว้ และทำไปเรื่อย ๆ นึกได้เมื่อไหร่ก็ทำ จะทำแบบไหนก็ได้ ฝึกตัวเองไป เตรียมลูกชายไปให้อยู่รอด

คุยกับผู้ป่วยประมาณชั่วโมงครึ่ง กลับผู้ป่วยเหนื่อยจึงลากลับ **ผู้ป่วยลุกขึ้นนั่ง ยิ้มให้ ถามว่ายิ้มครั้งสุดท้ายเมื่อไหร่ ผู้ป่วยบอกว่าตั้งแต่เป็น SLE ยิ้มไม่ออกเลย เพิ่งยิ้มได้วันนี้ และจะไปเตรียมลูกชายอย่างที่คุณเป้าสอน วันนี้มีความสุข ๆๆๆ**

ประสบการณ์การเป็นจิตอาสา

เรื่องเล่าจากใจพยาบาล

ความประทับใจในตัวผู้ป่วย

"พยาบาล" เมื่อพูดถึงคำนี้คนส่วนใหญ่ย่อมนึกถึงผู้หญิง ใส่หมวกสีขาว ชุดสีขาว ทำงานอยู่ในโรงพยาบาล คอยฉีดยา ให้ยา แก่ผู้ป่วยทุกคนทั้งเด็ก ผู้ใหญ่ คนแก่ บางคนอาจจินตนาการภาพของพยาบาลต่าง ๆ กัน ทั้งภาพของนางฟ้าและนางยักษ์ตามประสบการณ์ที่แต่ละคนได้เจอ ซึ่งเหล่านี้คือความประทับใจที่ผู้ป่วยมีต่อพยาบาล แล้วความประทับใจที่พยาบาลมีต่อผู้ป่วยล่ะเป็นอย่างไร

ดิฉันมีโอกาสได้ทำงานในฐานะของพยาบาลวิชาชีพมาเป็นเวลา 2 ปี บวกกับอีก 3 ปี ที่เป็นนักศึกษาพยาบาลได้ขึ้นฝึกปฏิบัติงาน ในหอผู้ป่วยต่าง ๆ ของโรงพยาบาล ได้พบเจอผู้ป่วยมากมายหลายโรค พบความรัก ความห่วงใยที่พ่อแม่มีต่อลูก ลูกมีต่อพ่อแม่ สามีภรรยา พี่น้องมากมายหลายรูปแบบ ซึ่งสร้างความประทับใจและไม่ประทับใจเกิดขึ้นหลายอย่างแตกต่างกันไป ส่วนเหตุการณ์ที่ดิฉันรู้สึกประทับใจมากและจดจำชัดเจนมาจนถึงทุกวันนี้คือ เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นสมัยเป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 ตอนนั้นต้องขึ้นฝึกปฏิบัติงานตามหอผู้ป่วยต่าง ๆ ช่วงนั้นดิฉันรู้สึกเบื่อหน่าย

และไม่ภูมิใจกับวิชาชีพเลย เพราะต้องถือกระป๋องน้ำไปเช็ดเตียง เช็ดตัวให้ผู้ป่วย เช็ดอุจจาระปัสสาวะ รู้สึกเบื่อจนอยากจะลาออกไปเรียนอย่างอื่น แต่แล้ววันหนึ่งดิฉันได้มีโอกาสขึ้นฝึกปฏิบัติงานในหอผู้ป่วย 72 ปี ชั้น 7 (ชาย) วันนั้นดิฉันได้รับมอบหมายให้ดูแลผู้ป่วยชาย อายุประมาณ 70 ปี ซึ่งป่วยเป็นโรคเบาหวาน ถูกตัดขาทั้งสองข้างตั้งแต่หัวเข่าลงไป คุณลุงไม่สามารถที่จะช่วยเหลือตนเองได้ วันนั้นก็เหมือนกับทุกวันที่ดิฉันจะต้องหิ้วกระป๋องน้ำและเตรียมอุปกรณ์มากมายเพื่อไปเช็ดตัวและเปลี่ยนเตียงให้ผู้ป่วย แต่สิ่งที่แตกต่างก็คือ**หลังจากดิฉันอาบน้ำเช็ดตัวให้คุณลุงเสร็จ คุณลุงท่านนี้ยกมือไหว้ขอบคุณดิฉันพร้อมกับคำอวยพรอีกมากมาย ที่คุณลุงกล่าวพร้อมสีหน้าแววตาที่เปี่ยมล้นด้วยความจริงใจ ดวงตาของคุณลุงแดงก่ำเหมือนจะร้องไห้**

ณ วินาทีนั้นดิฉันรู้สึกตื้นตันอิ่มเอิบใจอย่างบอกไม่ถูก ไม่รู้จะพูดอย่างไรดี ได้แต่ขอบคุณคุณลุงเพราะวันนี้คุณลุงทำให้ดิฉันรู้สึกว่าวิชาชีพพยาบาลเป็นวิชาชีพที่มีคุณค่ามาก

เรามีโอกาสได้ดูแลคนทุกเพศทุกวัย ทุกชั้นวรรณะ ถึงแม้เราจะไม่ได้เป็นคนที่สั่งยารักษาโรคให้ผู้ป่วย แต่เราเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้ผู้ป่วยหายจากโรค และไม่เกิดภาวะแทรกซ้อนต่าง ๆ ขึ้น การปฏิบัติการพยาบาลที่ดีที่ถูกต้องเปี่ยมล้น ด้วยความเต็มใจและเมตตาจิต ความสนใจที่จะให้ผู้ป่วยได้รับการดูแลที่ดีที่สุด เป็นบทบาทหน้าที่อิสระที่พยาบาลสามารถทำได้อย่างเต็มที่ ซึ่งล้วนแล้วแต่ก่อให้เกิดผลดีแก่ผู้ป่วย ส่วนสิ่งที่พยาบาลได้รับก็คือความภาคภูมิใจเมื่อผู้ป่วยกลับมาใช้ชีวิตได้ตามปกติ

ศูนย์บริรักษ์ ศิริราช

หลังจากลงเวรวันนั้น ดิฉันเดินไปที่ลานพระราชบิดา และกล่าวต่อหน้าพระราชบิดาว่า “ดิฉันจะเป็นพยาบาลที่ดี ของโรงพยาบาลศิริราช” จากนั้นมานักศึกษาพยาบาลที่เบื่อหน่ายในการปฏิบัติการพยาบาลได้เปลี่ยนเป็นคนใหม่ เป็นนักศึกษาพยาบาลที่ตั้งใจในการฝึกปฏิบัติอย่างเต็มที่ ดูแลผู้ป่วยด้วยความเต็มใจ และในวันนี้ดิฉันเป็นพยาบาลที่รักและภูมิใจในวิชาชีพพยาบาล มากทุกครั้งที่มีปัญหาหรือเรื่องที่ทำให้รู้สึกท้อแท้ ดิฉันจะนึกถึงคุณลุงและเหตุการณ์ในวันนั้น เพราะมันทำให้ดิฉันรู้สึกมีกำลังใจ และตั้งใจที่จะเป็นพยาบาลที่ดีของโรงพยาบาลศิริราชต่อไป

ตลอดระยะเวลา 2 ปีที่ทำงานมาได้พบเจอกับผู้ป่วยและญาติของผู้ป่วยเพิ่มขึ้น ย่อมเกิดเรื่องราวมากมายที่ทำให้รู้สึกประทับใจ แต่ในวันนี้ความประทับใจในตัวผู้ป่วยที่เกิดขึ้นใหม่คงจะไม่สำคัญเท่ากับการทำให้ผู้ป่วยประทับใจในตัวเราและประทับใจในการพยาบาลของเรา และถือเป็นสิ่งที่ท้าทายอย่างยิ่ง เมื่อศิริราชเป็นโรงพยาบาลของแผ่นดิน ทำให้เรามีโอกาสได้ดูแลคนมากมาย ตั้งแต่ระดับสูงสุดจนถึงระดับรากหญ้า ถ้าเราสามารถทำให้ทุกคนทุกระดับประทับใจในการพยาบาลของเราได้เหมือนกับที่คุณลุงท่านที่ยกมือไหว้ขอบคุณดิฉันเมื่อดิฉันเช็ดตัวให้ นั่นคงจะเป็นความสำเร็จสูงสุดในการเป็นพยาบาลที่ดิฉันจะต้องทำให้ได้ในชีวิตของดิฉัน

ลดาวรรณ อุบล
หอผู้ป่วย RCU กุมาร ตึกเจ้าฟ้ามหาจักรี 2

น้องจีโน่ หนูน้อยมหัศจรรย์

น้องจีโน่มีความผิดปกติของกระดูกแต่กำเนิด แพทย์ได้ให้ข้อมูลแก่คุณพ่อคุณแม่ว่าน้องเป็นขั้นรุนแรง อาจมีชีวิตอยู่ได้ประมาณ 1 ปี แต่เมื่อดิฉันเริ่มมาปฏิบัติงานที่หอผู้ป่วยนี้ **น้องจีโน่อายุ 2 ปีแล้ว หายใจทางท่อช่วยหายใจโดยเครื่องช่วยหายใจมาตลอด ตั้งแต่แรกเกิด น้องจีโน่เป็นเด็กที่น่ารักและโชคดีมาก ๆ ที่มีคุณพ่อคุณแม่ที่ทุ่มเทความรักให้และไม่เคยหมดหวัง** คุณพ่อคุณแม่จะพยายามหาสิ่งที่ทำให้น้องจีโน่มีพัฒนาการก้าวหน้าเหมาะสมกับสภาวะของโรคและการรักษา และที่สำคัญคือทำให้น้องมีความสุข เช่น เปิด CD สอน ก.ไก่ หรือ ABC การ์ตูนสำหรับเด็กเล็ก ของเล่นที่มีน้ำหนักเบาและไม่เป็นอันตราย ซึ่งปัญหาของน้องจีโน่อยู่ที่แพทย์ต้องการให้น้องจีโน่ใช้เครื่องช่วยหายใจต่อไป แต่ท่อช่วยหายใจที่ใส่มานานเกือบ 3 ปีเสื่อมสภาพ และการเปลี่ยนท่อช่วยหายใจก็มีความเสี่ยงมาก ๆ ที่ผ่านมามีการประชุมวางแผนการดูแลรักษาน้องจีโน่เป็นระยะ ๆ ก็จะลงเอยด้วยการที่คุณพ่อคุณแม่รับทราบปัญหาไม่ต้องการเจาะคอและ CPR น้องจีโน่ เพราะไม่อยากให้น้องเจ็บและทุกข์ทรมาน

ต่อมาดิฉันเริ่มสังเกตเห็นคุณแม่หรือพี่เลี้ยงปลดเครื่องช่วยหายใจออก ให้น้องหายใจเองเป็นพัก ๆ ในช่วงเช้า จึงเข้าไปถามมารดาว่าทำไมคุณแม่ถึงเอาเครื่องช่วยหายใจออก การปล่อยให้น้องหายใจเองอาจเกิดอันตรายกับน้อง คุณแม่ไม่กลัวหรือ คุณแม่ตอบดิฉันว่าต้องการดูว่าน้องจีโน่สามารถหายใจเองได้หรือไม่ และจากการที่ทดลองทำอยู่ ก็ทำให้คุณแม่คิดว่าน้องจีโน่สามารถหายใจเองได้ ดิฉันจึงขอคุยกับคุณแม่เรื่องการวางแผนการดูแลรักษาน้องจีโน่ว่า ถ้าคุณแม่ต้องการให้น้องจีโน่หายใจเองก็ต้องมีการทำเป็นขั้นตอน โดยการฝึกให้กล้ามเนื้อช่วยการหายใจแข็งแรงก่อน โดยการให้ออกซิเจนผ่านทาง T-piece ในช่วงกลางวัน และใช้เครื่องช่วยหายใจตอนกลางคืน การหายใจทางท่อช่วยหายใจและให้ออกซิเจนผ่านทาง T-piece ก็ต้องเฝ้าระวังอันตรายที่อาจเกิดขึ้นถ้าน้องหายใจเองไม่ไหว

เมื่อคุณแม่ตกลง ดิฉันจึงไปปรึกษาทีมแพทย์ผู้รักษา แพทย์ให้ลองตามแผนการนี้ได้ ซึ่งผล เป็นที่น่าพอใจมาก น้องจีโน่สามารถหายใจเองได้ดีขึ้นเรื่อย ๆ จนสามารถเลิกใช้เครื่องช่วยหายใจได้สำเร็จภายใน 1 เดือน เป็นหายใจเองทางท่อช่วยหายใจและให้ออกซิเจนผ่านทาง T-piece จากนั้นจึงมีการประชุมปรึกษาหารือเรื่องท่อช่วยหายใจ ที่เสื่อมสภาพมากโดยเชิญอาจารย์แพทย์ภาควิชาโสต นาสิกฯ และวิสัญญีแพทย์ มาประเมิน และวางแผนการรักษาร่วมกันกับทีมผู้รักษาและคุณพ่อคุณแม่น้องจีโน่ โดยคุณพ่อคุณแม่ตัดสินใจยินยอมให้อาจารย์แพทย์ภาควิชาโสต นาสิกฯ ทำการส่องกล้องดูทางเดินหายใจ ถ้าทางเดินหายใจไม่มีปัญหาหรือความบกพร่องอะไรก็จะเอาท่อช่วยหายใจออก และเฝ้าสังเกตอาการใน ICU สักระยะจนแน่ใจว่าปลอดภัย จึงย้ายกลับมาที่หอผู้ป่วย แต่ถ้าพบว่ามีปัญหาก็จะใส่ท่อช่วยหายใจอีก

หลังจากนั้นอาจารย์แพทย์ภาควิชาโสต นาสิกฯ และวิสัญญีแพทย์มาร่วมประเมินน้องจีโน่อีกครั้ง และกำหนดวันที่จะทำหัตถการดังกล่าว **เมื่อวันนั้นมาถึง คุณพ่อคุณแม่หยุดงานเพื่อไปเป็นกำลังใจและด้วยความรักความห่วงใยที่มีต่อน้องอย่างท่วมท้น ดิฉันและทีมผู้รักษาทุกคนก็ตื่นเต้นเอาใจช่วยน้องจีโน่ ภาวนาให้ประสบผลสำเร็จตามความคาดหวัง** พวกเราเข้าไปให้กำลังใจคุณพ่อคุณแม่และน้องจีโน่

ในที่สุดทุกคนก็ได้ดีใจ สุขใจที่เห็นแปลเข็นน้องจีโน่กลับมาหอผู้ป่วยในสภาพที่ยังหลับหายใจเองได้ดี ไม่มีอาการแทรกซ้อน และผลการส่องกล้องตรวจดูทางเดินหายใจก็ปกติ ดิฉันได้เห็นรอยยิ้มที่เปี่ยมสุขของคุณพ่อคุณแม่น้องจีโน่ ที่เฝ้ามองน้องอยู่ข้างเตียงไม่ยอมห่าง เป็นภาพที่ประทับใจมาก มีความสุขไปกับครอบครัวของน้องจีโน่ แต่การดำรงชีวิตของน้องจีโน่หนูน้อยมหัศจรรย์ ยังต้องพบอุปสรรคซึ่งต้องมีการวางแผนการดูแลขั้นต่อไปอีก

เลขา แพ่งนุเคราะห์
หัวหน้าหอผู้ป่วย อานันทมหิดล 5

เรื่องของน้องนนท์

จากคำกล่าวที่ว่า “ลูกเปรียบดังแก้วตาดวงใจของพ่อแม่” ช่างเป็นคำกล่าวที่จริงแท้ หากวันหนึ่งผู้เป็นพ่อและแม่ได้รับทราบว่า ลูกน้อยอันเป็นที่รักของทุกคนในครอบครัวจะต้องถูกควักตา คุณแม่จะมีความรู้สึกอย่างไร คงมิอาจหาคำมาบรรยายได้ถูกต้อง ดังเช่นแม่ของน้องนนท์ เด็กน้อยวัยขวบเศษ ๆ หน้าตาน่ารัก ผิวขาว อวบอ้วน กำลังเริ่มหัดเดินเตาะแตะและหัดพูด เป็นที่หลงรักของทุกคนในครอบครัว วันหนึ่งคุณแม่สังเกตว่าเวลาอยู่ในที่มืด ตาของลูกจะวาว ๆ เหมือนตาแมวและสังเกตเห็นในตาดำมีสีขาว จึงได้พาลูกน้อยไปตรวจที่โรงพยาบาลของรัฐแห่งหนึ่ง จักษุแพทย์ตรวจตาลูกแล้วแจ้งแม่ว่า ลูกเป็นเนื้องอกที่จอตา แผนการรักษาคือต้องควักตาออกเพื่อป้องกันไม่ให้โรคลุกลาม

เมื่อได้รับฟังคำตัดสินการรักษาของแพทย์ ทั้งคุณพ่อและคุณแม่มิอาจทำใจยอมรับได้ ดูเป็นการโหดร้ายเกินไปสำหรับลูกน้อยหรือเปล่า ทำไมคุณหมอจึงตัดสินเช่นนี้เพียงแค่ตรวจด้วยการส่องกล้องดูเท่านั้นหรือ แล้วจะเชื่อได้อย่างไรว่าการตัดสินใจของแพทย์นั้นถูกต้อง จึงได้ย้ายลูกน้อย

ไปตรวจที่โรงพยาบาลอื่น ๆ อีก 2 แห่ง โดยเพียงหวังว่า การวินิจฉัยครั้งแรกนั้นอาจผิดพลาด ลูกอาจจะไม่ต้องควักตา แต่ก็ได้รับการวินิจฉัยเช่นเดิมจึงตัดสินใจพาลูกน้อยมาตรวจที่โรงพยาบาลศิริราช โดยจักษุแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งได้รับการวินิจฉัยเหมือนเดิม แพทย์ได้ส่งตรวจเอกซเรย์คอมพิวเตอร์บริเวณเบ้าตาและสมอง เพื่อทราบตำแหน่งของเนื้องอกและวางแผนการรักษาต่อไป พร้อมทั้งส่งเข้ารับการรักษาเป็นผู้ป่วยในซึ่งเป็นหอผู้ป่วยเด็กโรคทางตาโดยเฉพาะ

ครั้งแรกที่น้องนนท์เข้ามารักษาในหอผู้ป่วยทั้งพ่อและแม่อยู่ในภาวะเครียดอย่างมาก โดยเฉพาะพ่อค่อนข้างก้าวร้าว ไม่เป็นมิตรกับเจ้าหน้าที่พยาบาลเอาเสียเลย ในขณะที่แม่ก็เศร้าสร้อยร้องไห้ตลอดเวลา น้องนนท์เองยังเล่นซนตามประสาเด็กไม่มีอาการเจ็บปวดใด ๆ ทำให้เพิ่มความโศกเศร้าให้แม่มากยิ่งขึ้น เมื่อแพทย์แจ้งผลเอกซเรย์คอมพิวเตอร์ให้พ่อและแม่ทราบ พร้อมทั้งแผนการรักษาคือการต้องควักตาของลูก พ่อและแม่ก็ยังไม่สามารถทำใจยอมรับได้ จะเป็นไปได้อย่างไรกันถึงขนาดต้องควักตาเชียวหรือ ในเมื่อน้องนนท์ไม่ได้มีอาการผิดปกติอะไรเลย ยังร่าเริงเล่นซนได้ตามปกติทุกอย่าง จึงขอเวลาปรึกษากันก่อน โดยขอนำน้องนนท์กลับไปบ้าน และจะมาพบแพทย์ตามนัดอีกครั้งใน 1 สัปดาห์ข้างหน้า

น้องนนท์ไม่ได้มาตามนัด แต่มาช้าไปเกือบ 1 เดือน ในครั้งนี้ตาขวาของน้องนนท์เริ่มโปนออกมาและ มีอาการปวดมาก น้องนนท์ร้องไห้โยเยเกือบตลอดเวลา และครั้งนี้ปฏิกิริยาของพ่อและแม่ที่มีต่อเจ้าหน้าที่พยาบาลในหอผู้ป่วยอ่อนลง แต่ยังคงปฏิเสธและต่อต้านอยู่บ้าง เจ้าหน้าที่พยาบาลมีการส่งเวรกัน ว่าทุกคนต้องอดทน ใจเย็น รับฟังปัญหาพยายาม

เข้าใจและค่อย ๆ พูดให้กำลังใจให้คำแนะนำและข้อมูลต่าง ๆ ในการดูแลน้อง เช่นการถอดล้างแผ่นกั้นกระพุ้งตา การป้ายตา หยอดตาโดยใช้สื่อการสอนต่าง ๆ ซึ่งแม่ของน้องนนท์สามารถเรียนรู้ เข้าใจยอมรับและให้ความร่วมมือในการรักษาพยาบาลเป็นอย่างดี

หลังจากน้องนนท์ได้รับการรักษาโดยการผ่าตัดควักตาข้างขวาแล้วต้องรักษาต่อเนื่องด้วยยาเคมีบำบัดและใช้ความเย็นจี้ทำลายเซลล์มะเร็งเป็นระยะทุก 1 เดือน ในระหว่างนี้สัมพันธภาพของพ่อ แม่ และเจ้าหน้าที่พยาบาลดีขึ้นมาก เมื่อแม่มีปัญหาก็จะนำมาปรึกษาหารือ และเมื่อมีผู้ปกครองของผู้ป่วยเด็กที่เป็น โรคเดียวกับน้องนนท์เข้ามารับการรักษาแม่ของน้องนนท์ก็จะเข้าไปพูดคุยปลอบใจให้กำลังใจกันจนสนิทสนมคุ้นเคยกันเป็นอันดี

น้องนนท์โชคไม่ดีโรคได้ลุกลามไปที่ตาอีกข้างหนึ่งรวมทั้งไปที่กระดูกและสมอง แพทย์ได้รักษาโดยการฉายแสงและยาเคมีบำบัดอีกครั้ง ระหว่างนี้น้องนนท์ต้องไปนอนรักษาที่หอผู้ป่วยอื่นและเริ่มมีอาการไม่ดีนัก อ่อนเพลียลง มักจะหลับเป็นส่วนใหญ่เนื่องจากแพทย์ให้ยาระงับปวดตลอดเวลา แม่ของน้องนนท์ยังคงแวะเวียนมาที่หอผู้ป่วยเดิมเสมอ เพื่อบอกเล่าอาการของน้องนนท์ด้วยสีหน้าเศร้าหมอง เมื่อเจ้าหน้าที่พยาบาลหอผู้ป่วยไปเยี่ยมน้องนนท์ พ่อของน้องนนท์ ที่เฝ้าลูกอยู่ตลอดเวลาได้ปลุกเรียกและบอกว่า “นนท์ครับคุณ ๆ มาเยี่ยมลูกแน่ะ ลืมตาดูซิลูก” แต่น้องนนท์ไม่มีการตอบสนองใด ๆ ในที่สุดน้องนนท์ไม่สามารถต่อสู้โรคร้ายต่อไปได้ จึงจากไปอย่างสงบท่ามกลางความเศร้าเสียใจอาลัยรักของพ่อแม่และบรรดาญาติมิตรทั้งหลาย รวมระยะเวลาที่น้องนนท์ต้องต่อสู้กับโรคร้ายประมาณ 1 ปี พยาบาลบางคนได้ไปร่วมไว้อาลัยน้องนนท์ด้วย

ภายหลังการจากไปของน้องนนท์ แม่ยังคงไปมาหาสู่ที่หอผู้ป่วยเสมอ บางครั้งนัดแนะกับแม่ของผู้ป่วยเด็กที่เป็นโรคเดียวกับน้องนนท์ ที่ยังคงรักษาต่อเนื่องอยู่มาพบกันที่หอผู้ป่วย หรือซื้อขนม ผลไม้ มาฝากผู้ป่วยเด็กและเจ้าหน้าที่พยาบาลหรือเมื่อหอผู้ป่วย ขอความช่วยเหลืออยากให้มาร่วมแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับผู้ปกครองผู้ป่วยเด็ก ที่ประสบปัญหาเช่นเดียวกันก็จะโทรฯเชิญ ซึ่งแม่ของน้องนนท์ก็ยินดีมาช่วย ดังนั้นเมื่อทางหอผู้ป่วยจัดทำโครงการ “พัฒนาระบบการดูแลผู้ป่วยเด็กโรคมะเร็งจอตา” ขึ้น ซึ่งได้รับแรงบันดาลใจส่วนหนึ่งจากเรื่องของน้องนนท์ จึงได้เชิญแม่น้องนนท์ร่วมเป็นจิตอาสาในการส่งเสริมกำลังใจให้กับผู้ปกครองผู้ป่วยเด็กที่ประสบปัญหาเดียวกัน ซึ่งแม่น้องนนท์ก็ตอบรับด้วยความยินดี

หอผู้ป่วยเฉลิมพระเกียรติ 2 ใต้

โบตั๋นกลีบสุดท้าย

งานดูแลคนไข้ต่อเนื่องที่บ้านที่เราทำอยู่แรก ๆ เราก็ทำด้วยใจที่อยากดูแลให้คนไข้เขาสุขสบาย สามารถกลับไปดูแลกันเองที่บ้านได้ ไม่ต้องมาโรงพยาบาลโดยไม่จำเป็น แต่พองานมันมารัดตัว (คือมีคนไข้มาให้ดูแลมากขึ้น แต่คนทำงานไม่เพิ่มตาม) เราก็เริ่มหลุดจากทำด้วยใจก็เริ่มใช้หัว (สมอง) มีการกำหนดกฎเกณฑ์ กำหนดแบบฟอร์มต่าง ๆ มากมาย นอกจากพยาบาลที่หอผู้ป่วยจะสับสนแล้ว วันดีคืนร้ายน้อง ๆ ในทีมเยี่ยมบ้านก็สับสนเอง แต่ทำไงได้มาตรฐานก็ต้องมี คุณภาพบริการก็มา และที่ขาดไม่ได้คือจริยธรรมในการดูแลคนไข้ โดยเฉพาะคนไข้ระยะสุดท้าย

การที่ต้องวางแผนต้องเตรียมตัว บางครั้งทำให้เราใช้หัว (สมอง) ทำงานมากกว่าใจ ทำให้เราขาดความมีน้ำใจ ความเอื้ออาทร ทุกอย่างเป็นเรื่องของเหตุและผล แต่การทำงานดูแลคนไข้ระยะสุดท้ายที่บ้าน ทำให้เราได้คิดว่าบางครั้งมันก็ไม่มีเหตุผล มันเป็นการทำงานของใจ เพราะชีวิตคนเราบางครั้งเหตุผลก็ไม่ใช่คำตอบที่ดีที่สุด

ลุงยุทธ คือชื่อที่เราเรียกขานคนไข้ระยะสุดท้าย ที่ได้รับการส่งต่อมาเพื่อให้เราตามดูแลที่บ้าน “คนไข้ระยะสุดท้ายช่วยตามดูที่บ้านให้ด้วยนะคะ ลุงเขายอมรับการตาย และต้องการตายที่บ้าน แต่ลุงไม่ยอมกินยาแก้ปวดที่คุณหมอให้ไป ใช้การนั่งสมาธิ และสวดมนต์แทน” ในใจเราก็คิดว่า “แล้วมันเป็นปัญหาอย่างไรน้า?” ปากไวเท่าความคิด จึงถามออกไปและได้คำตอบว่า “ไม่รู้ค่ะ แต่คุณหมออยากให้พี่ไปเยี่ยมหน่อย เพราะคนไข้ระยะสุดท้ายแล้ว” เมื่อไม่มีข้อมูลเพิ่มเติมสิ่งที่ทำ คือโทรศัพท์ไปที่บ้านคนไข้ ในใจคิดว่าลองคุยกับญาติดูสักหน่อยเพื่อจะได้รู้ว่าอะไรคือปัญหาในการดูแลคนไข้ที่บ้าน

เสียงรับโทรศัพท์ แม้จะเป็นเสียงชายสูงวัย แต่น้ำเสียงยังแจ่มใส พอถามว่า “ใช่บ้านคุณยุทธไหมคะ?” คำตอบคือ “ใช่ครับ กำลังพูดครับ” เราต้องเว้นช่วงด้วยความงง คนไข้ระยะสุดท้ายทำไมเสียงแจ่มใส ไม่มีวี่แววของความอ่อนเพลีย เหนื่อยล้าในน้ำเสียงเลย หลังจากแนะนำตัว และบอกเหตุผลที่โทรศัพท์มา ลุงยุทธบอกว่า “คุณยังไม่ต้องรีบมานะครับ เพราะวันนี้ผมต้องไปติดต่อธุระนอกบ้านก่อน” เรายิ่งงงไปใหญ่ ก็ไหนว่าลุงปวดจนเดินไม่ได้ เป็นคนไข้ระยะสุดท้าย ยังมีธุระอะไรต้องทำ เราเก็บความสงสัยไว้ในใจ เพราะยังไม่พบหน้ากันเลย จะถามซอกแซกก็ไม่เหมาะ เราจึงนัดว่าวันที่ เราจะไปเยี่ยมลุงที่บ้าน

ภาพที่เราพบในวันแรกที่ไปเยี่ยมลุงยุทธ คือ ชายสูงอายุ รูปร่างซูบผอม ดูอ่อนเพลียนอนอยู่บนเตียง แต่หน้าตายิ้มแย้มต้อนรับ น้ำเสียงแจ่มใสสุภาพ หลังจากแนะนำตัว เราพูดคุยเรื่องทั่ว ๆ ไป เพื่อสร้างความคุ้นเคย และก็เข้าประเด็น คือ “ตอนนี้ปวดมั้ยคะ คะแนน 0–10 ให้คะแนนเท่าไรคะ?”

ลุงยุทธสีหน้าเปลี่ยนไปเล็กน้อยแล้วบอกว่า “ก่อนคุณพยาบาลจะมา ผมกำลังจะให้ภรรยาเอายาแก้ปวดให้กิน แต่พอเห็นหน้าคุณพยาบาล ผมลืมเรื่องปวดไปแล้ว ดีใจที่มีคนมาคุยด้วย คุณไม่ถามเรื่องปวดได้ไหมครับ?” ฉันตอบลุงในใจว่าถ้าไม่ถามจะบันทึกการประเมินความเจ็บปวดอย่างไรล่ะ แล้วคุณหมอจะทราบได้อย่างไรว่า ยาที่ให้มาช่วยให้คนไข้บรรเทาความเจ็บปวดได้หรือไม่ ถ้าไม่มีตัวเลข ไปอ้างอิงว่ามันลดลง

แต่สิ่งที่ฉันตอบลุงออกไป คือ “หนูขอโทษค่ะ” แล้วเราก็คุยกันเรื่องอื่น ๆ แต่ก่อนกลับฉันก็บอกกับลุงว่า “คงต้องขอรบกวนคุณลุงช่วยให้คะแนนด้วยนะคะ ไม่งั้นหนูไม่มีข้อมูลไปรายงานคุณหมอว่า ยาแก้ปวดที่คุณหมอให้มาช่วยบรรเทาอาการปวดได้ไหม” ยังไง ๆ เราก็ยังต้องการตัวเลขมายืนยันอยู่ดี

ไม่รู้ว่าคุณลุงจะรู้สึกอย่างไร แต่สำหรับฉันมันเป็นบทเรียนที่มีค่ามาก คนที่ไม่เคยลงมาสัมผัส**การดูแลคนไข้ที่มีความเจ็บปวดเรื้อรังจริง ๆ อาจมองแค่ตัวเลขที่เพิ่มขึ้นหรือลดลง ฉันพบแล้วว่าความสุขใจจากการมีเพื่อนคุยที่ถูกใจ การได้รับรู้ว่ามีคนห่วงใยทำให้ pain score 8 ไม่ต้องการยาแก้ปวดใด ๆ** ในขณะที่การปวดเมื่อยเล็กน้อยที่ทำให้รู้สึกรำคาญ แต่เมื่อรวมเข้ากับการถูกครอบครัวทอดทิ้ง ขาดคนดูแล pain score มันพุ่งไปถึง 10 และไม่ว่ายาแก้ปวดขนานใด ๆ ก็ไม่สามารถบรรเทาอาการปวดใจลงได้เลย

การอยู่กับเขา ตั้งใจฟังในสิ่งที่เขาพูด (Deep listening) ไม่ใช่มุ่งแต่จะตอบคำถามของเรา หรือหาคำตอบมาเติมคำลงในช่องว่างที่เราต้องการให้สมบูรณ์ คงทำให้เราแก้โจทย์ที่ติดค้างในใจของเราหลายคนที่ว่า “ต้องทำอย่างไรจึงจะประเมินคนไข้ได้อย่างเป็นองค์รวม?”

สุรีย์ ลี้มงคล
งานการพยาบาลปฐมภูมิ

เรียนรู้ที่จะมีความสุข

ความไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ สุภาษิตบทนี้ทุกคนในโลกใบนี้ก็ต้องการให้เกิดกับตัวเองทั้งนั้นแต่คงเลือกไม่ได้ เพราะไม่ว่าจะรวยหรือจนก็หลีกเลี่ยงโรคภัยไข้เจ็บไม่ได้ การเกิด แก่ เจ็บ ตายเป็นวัฏจักรของชีวิต หากไม่มีวัฏจักรเหล่านี้คงไม่มีหมอและพยาบาล รวมทั้งโรงพยาบาล ซึ่งทำให้ข้าพเจ้าได้พบกับประสบการณ์ดี ๆ

ข้าพเจ้าปฏิบัติงานในตำแหน่งผู้ปฏิบัติงานพยาบาล ให้การดูแลผู้ป่วยมะเร็งที่มารับยาเคมีบำบัด ฉายรังสี และรักษาตามอาการ รวมทั้งผู้ป่วยระยะสุดท้าย ผู้ป่วยที่มารักษาในโรงพยาบาลส่วนใหญ่ จะไม่ป่วยแค่กาย แต่ใจเขาเหล่านั้นก็ป่วยตามไปด้วย การรักษาไม่ใช่แค่รักษาแต่เพียงร่างกายเท่านั้นแต่ต้องเยียวยาจิตใจด้วย เพราะน้ำยารักษากาย น้ำใจรักษาใจ ซึ่งข้าพเจ้าไม่คิดเลยว่าสองมือของข้าพเจ้านี้จะมีส่วนช่วยในการดูแลเยียวยาจิตใจผู้อื่นได้ จากการที่ร่วมทำกิจกรรมในหอผู้ป่วย ทั้งการพาผู้ป่วยออกกำลังกายในตอนเช้าทุกวันจันทร์ วันพุธ และวันศุกร์ การที่ได้เป็นวิทยากรในการทำกิจกรรมพาเพลิน โดยนำผู้ป่วยประดิษฐ์ดอกไม้ ทำการ์ดขอบคุณ

อาจารย์เจ้าของไข้ ข้าพเจ้าได้เห็นรอยยิ้มบาง ๆ ในแววตาของผู้ป่วยและญาติเป็นคำขอบคุณ ที่ได้จุดประกายแสงสว่างให้กับเขาเหล่านั้น ให้ผ่อนคลายจากความเครียด รู้สึกถึงความเป็นกันเองของพยาบาลและผู้ช่วยพยาบาล

อีกอย่างหนึ่ง เราไม่ได้ลืมสิ่งเล็ก ๆ น้อย ๆ ของเขาเลย เช่น วันเกิดของผู้ป่วย ทางหอผู้ป่วยก็จะเตรียมดอกไม้และการ์ดอวยพรไว้ให้ และให้บุคลากรที่ขึ้นเวรเช้าในวันนั้นทุกคนไปอวยพรวันเกิดผู้ป่วยที่เตียง ทำให้เราเห็นรอยยิ้มจากคนไข้ที่เหนื่อยจากอาการของโรคกลับมีอาการดีขึ้น รอยยิ้มของผู้รับย่อมเป็นกำลังใจแก่ผู้ให้เสมอ ทำให้ผู้ปฏิบัติงานภูมิใจแม้สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้จะไม่ได้ช่วยให้ผู้ป่วยหายขาดจากโรค แต่ก็หวังว่า สิ่งที่ทำจะเป็นส่วนหนึ่งที่ช่วยสร้างความสุขและรอยยิ้มในช่วงเวลาที่เขาเหล่านั้นเผชิญกับโรคร้าย ทำให้ผู้ป่วยคิดว่าไม่ได้อยู่บนโลกนี้เพียงลำพัง และอีกโครงการที่ทางหอผู้ป่วยทำและทำให้ข้าพเจ้าประทับใจมากคือ โครงการภาพลักษณ์ดูดี ชีวีสดใส ข้าพเจ้าได้มีส่วนร่วมในการดูแลภาพลักษณ์ของผู้ป่วยที่ฉายรังสีบริเวณศีรษะและมีผมร่วง ข้าพเจ้าแนะนำให้ตัดผมสั้นลง เนื่องจากผมของผู้ป่วยยาวมากยากต่อการดูแลและผู้ป่วยก็ยินยอมที่จะเข้าร่วมโครงการ

ข้าพเจ้าไม่นึกเลยว่ามาทำงานในตำแหน่งผู้ปฏิบัติงานพยาบาล จะทำให้ข้าพเจ้าทำอะไรได้หลาย ๆ อย่าง เมื่อก่อนเคยตัดผมให้น้อง ๆ ที่บ้านและคุณพ่อของข้าพเจ้าเอง แต่วันนี้ต้องมาตัดผมให้ผู้ป่วย ในตอนแรกก็รู้สึกเกรง ๆ กลัวจะไม่ถูกใจ แต่พอตัดเสร็จผู้ป่วยประทับใจฝีมือการตัดผมของข้าพเจ้า และบอกว่าสวยมาก ๆ แม่ผู้ป่วยเองก็ชอบเข้ามาจับมือข้าพเจ้าและขอกอดข้าพเจ้าแล้วพูดว่า “ขอบใจมากนะลูกเก่งมากเลย ตัดผมได้สวยมาก” ทำให้ข้าพเจ้าประทับใจและภูมิใจมาก ข้าพเจ้าจะไม่มีวันลืมเลยสิ่งดี ๆ ที่พี่ ๆ ทุกคนทำให้ผู้ป่วยเป็นตัวอย่างที่ดีมาก ทำให้ข้าพเจ้าได้เรียนรู้ในสิ่งดี ๆ ที่เราสามารถทำให้ผู้อื่นมีความสุขแล้วเราก็มีความสุข

ผู้ป่วยทุกคนมีความทุกข์ทรมานจากความเจ็บปวดจากโรคที่เป็น สิ่งใดที่ทำให้เขาเหล่านั้นมีรอยยิ้ม มีเสียงหัวเราะอีกครั้ง และคำขอบคุณที่ได้นั้นประเมินค่าไม่ได้ ไม่ใช่เงินทองร้อยล้านหรือสิ่งมีค่าอื่น ๆ มันยิ่งกว่าน้ำทิพย์ที่ชโลมให้ผู้ป่วยชะอีก เพราะเรายังไม่รู้เลยว่าผู้ป่วยเหล่านี้จะอยู่บนโลกนี้ได้อีกนานแค่ไหน ในผู้ป่วยระยะสุดท้าย เราจะต้องทำให้เขาเหล่านั้นมีความสุขที่สุด รวมทั้งผู้ป่วยในระยะเริ่มต้นด้วย เราจะต้องสร้างรากฐานทางจิตใจให้เขาต่อสู้กับโรคร้ายได้ มีความหวังในชีวิต เพราะว่าใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว ถ้าจิตใจเข้มแข็งร่างกายก็จะแข็งแรงตามไปด้วย ยังมีอีกหลาย ๆ โครงการที่ทางหอผู้ป่วยจัดทำขึ้นเพื่อผู้ป่วยโดยแท้จริง ข้าพเจ้ารู้สึกภูมิใจมากที่ได้มาปฏิบัติงานที่หอผู้ป่วยแห่งนี้และได้ปฏิบัติงานในโรงพยาบาลศิริราช

โรงพยาบาลของพระราชบิดา ที่แห่งนี้ทำให้ข้าพเจ้าได้รับสิ่งที่ดี ๆ ได้ทำสิ่งที่ดี ๆ ให้กับผู้ป่วยและได้เห็นรอยยิ้มของผู้ป่วยและญาติ และยังได้รับกุศลอันยิ่งใหญ่ ที่ได้ช่วยเหลือผู้อื่นที่ไม่ใช่ญาติของเรา แต่เราคิดเสมอว่าผู้ป่วยเปรียบเสมือนเป็นญาติของเราเอง **ขอบคุณพี่ ๆ ทุกคนที่คอยสอนสิ่งต่าง ๆ ให้ชี้แนวในสิ่งที่ถูกต้องและขอบคุณผู้ป่วยทุกคนที่เปรียบเสมือนครูที่ทำให้ข้าพเจ้าได้เรียนรู้ว่าทุกชีวิตสำคัญ ทุกชีวิตเท่าเทียมกัน ยังมีคนที่เขาต้องการให้เราช่วยอีกมาก ไม่ว่าจะป่วยกายหรือป่วยใจเราจะทำให้เขาด้วยความเต็มใจ**

วิไลลักษณ์ เติมงาม

หอผู้ป่วย 72 ปี ชั้น 9 ตะวันตก

โครงการวิถีแห่งชีวิต
Humanized Health Care

ชีวิตเป็นสิ่งที่มีค่ามากที่สุด สำหรับทุกคนและครอบครัวจะทำอย่างไร เมื่อคนที่เรารักกำลังจะจากไป ผู้ป่วยและครอบครัวจะผ่านภาวะวิกฤตินี้ไปได้อย่างไร พวกเราจะช่วยผู้ป่วยและครอบครัวได้อย่างไร

นายนรุตม์อายุ 19 ปี เป็นคนที่มีจิตใจดี สุภาพ เรียบร้อย เรียนเก่ง ชอบตีกลอง เป็นที่รักของเพื่อน ๆ และทุกคนในครอบครัว นรุตม์จบจากโรงเรียนเตรียมอุดมศึกษา และสอบติดคณะนิติศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย แต่ความดีใจของนรุตม์และครอบครัว ยังไม่ทันจางหาย นรุตม์ก็มีอาการปวดและคลำพบก้อนบริเวณสะโพกซ้าย เมื่อไปตรวจแพทย์ลงความเห็นว่านรุตม์เป็นมะเร็งกระดูก ซึ่งสร้างความตกใจ ทุกข์ใจให้กับนรุตม์และครอบครัวเป็นอย่างมาก แต่นรุตม์และครอบครัวก็ยังมีความหวังในการรักษา

นรุตม์ได้รับการรักษาด้วยการให้ยาเคมีบำบัดครั้งแรกเมื่อประมาณกลางเดือนก.ค. 2551 เพื่อรักษาโดยการผ่าตัด แต่ก้อนเนื้อร้ายมีขนาดใหญ่เกินไปไม่สามารถผ่าตัดได้ ทีมแพทย์จึงต้องให้การรักษาโดยการฉายรังสีก่อน

ในช่วงที่นอนพักรักษาตัวนรุตม์ต้องทนทุกข์ทรมานกับความเจ็บปวด ทุกครั้งที่นรุตม์ปวด นรุตม์จะร้องคราง เรียกหาแม่ ซึ่งแม่ก็จะนั่งจับมือนรุตม์ด้วยสีหน้าที่เจ็บปวดไม่แพ้กัน แพทย์เจ้าของไข้ได้ปรึกษาหน่วยระงับปวดมาร่วมรักษาอาการปวด จนอาการปวดของนรุตม์ทุเลาลง จนฉายรังสีครบ 30 ครั้ง แพทย์ได้อนุญาตให้นรุตม์กลับไปพักฟื้นที่บ้านก่อน โดยพยาบาลได้ให้คำแนะนำเกี่ยวกับการจัดการกับความปวดขณะอยู่ที่บ้าน

กลางเดือนต.ค. 2551 นรุตม์กลับมาอีกครั้ง หลังจากตรวจ MRI พบว่าก้อนที่สะโพกซ้ายเล็กลงสามารถที่จะทำผ่าตัดได้ ซึ่งสร้างความดีใจให้กับนรุตม์และครอบครัวเป็นอย่างมาก ทีมแพทย์ได้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับการผ่าตัดเลาะก้อนเนื้อร้ายออกและจำเป็นต้องเปิดลำไส้ออกทางหน้าท้อง ในตอนแรกนรุตม์และครอบครัวยังรับไม่ได้ พยาบาลได้ติดต่อประสานงานกับเครือข่ายอาสาสมัครดูแลผู้ป่วยมะเร็งมาพูดคุยให้กำลังใจ จนในที่สุด นรุตม์และครอบครัวได้ตกลงใจทำผ่าตัด ในวันที่ 3 พ.ย. 2551 สีหน้าของนรุตม์และพ่อแม่สดชื่นขึ้นแต่มไปด้วยความหวัง

พ่อแม่ของนรุตม์ขอทำสังฆทานบนหอผู้ป่วย ซึ่งทางพยาบาลก็ได้อนุญาต แต่แล้วก่อนผ่าตัดแพทย์ได้ทำการ X-ray ปอดซ้ำ พบว่ามะเร็งมีการกระจายไปยังปอดไม่สามารถทำการผ่าตัดได้ พ่อแม่ของนรุตม์ถึงกับร้องไห้โฮเมื่อทราบเรื่อง พยาบาลได้แต่ปลอบโยน พ่อกับแม่ขอร้องว่าอย่าเพิ่งบอกความจริงกับนรุตม์ โดยให้บอกกับนรุตม์ว่าปอดติดเชื้อทำให้ยังผ่าตัดไม่ได้ นรุตม์ร้องครางด้วยความเจ็บปวดเพิ่มขึ้นทุกวัน และขณะที่นรุตม์เจ็บปวดพยาบาลจะคอยให้ยาแก้ปวดร่วมกับพูดคุย ปลอบโยน สวดมนต์ทำสมาธิ รวมทั้งการจับมือให้กำลังใจ โดยเฉพาะในช่วงเวลากลางคืนนรุตม์

จะมีอาการปวดมาก ซึ่งบางครั้งใช้เวลานาน นับชั่วโมงก่อนที่นรุตม์จะหลับไป ซึ่งพยาบาลก็เต็มใจที่จะทำให้ ในขณะเดียวกันหัวหน้าหอผู้ป่วยและพยาบาลก็ใช้เวลาทุกวันในการคอยพูดคุยปลอบโยน ให้กำลังใจ ให้ข้อมูลกับพ่อ แม่ ซึ่งมีสีหน้าเจ็บปวดทุกข์ ทรมานไม่แพ้นรุตม์เลย

ต่อมาพวกเราและทางอาสาสมัคร ได้ปรึกษากับพ่อแม่และทีมแพทย์ว่าต้องการให้เพื่อน ๆ ที่ไม่เคยเห็นหน้ากันมาก่อน ที่คณะนิติศาสตร์จุฬาฯ มาร่วมให้กำลังใจนรุตม์ มีการนำรายการ “เจาะใจ” มาถ่ายทำเพื่อให้นรุตม์ได้รับกำลังใจจากคนอื่น ๆ ด้วย ซึ่งทุกคนเห็นด้วย ในวันที่มีการถ่ายทำมีเพื่อนมาให้กำลังใจนรุตม์มากมาย นอกจากนี้ทางรายการ เจาะใจยังนำดาราคนโปรดมาให้กำลังใจนรุตม์ด้วย ซึ่งวันนั้นเป็นวันที่นรุตม์ดูเหมือนว่าจะมีความสุขกว่าทุกวันและไม่ร้องเจ็บปวดครวญครางเลย พวกเราได้เห็นรอยยิ้มของพ่อแม่ของนรุตม์ ซึ่งพวกเราไม่เคยเห็นมาเป็นเวลานาน

นรุตม์เริ่มเหนื่อยมากขึ้น หายใจเร็ว และเจ็บปวด แพทย์และพยาบาลได้ให้ข้อมูลกับพ่อแม่เกี่ยวกับการใส่เครื่องช่วยหายใจ พ่อแม่ยังไม่ตัดสินใจ และในวันที่ 20 พ.ย. 2551 ซึ่งเป็นวันที่รายการเจาะใจจะออกอากาศในเวลา 23.00 น. นรุตม์ตั้งใจที่จะคอยดูรายการ โดยทางพยาบาลตั้งใจว่าจะเข็นเตียงของนรุตม์ไปหน้าทีวี แต่แล้วเวลา 19.00 น. นรุตม์เริ่มเรียกไม่รู้สึกตัว ทีมแพทย์ขึ้นมาประเมินและแจ้งอาการให้พ่อแม่ทราบ พยาบาลคอยปลอบโยนพ่อแม่เป็นระยะ มีเพื่อน ๆ ที่ทราบข่าวทยอยกันมาให้กำลังใจนรุตม์อยู่หน้าหอผู้ป่วยจำนวนมาก จนกระทั่งเวลา 05.00 น. ของวันที่ 21 พ.ย. 2551 นรุตม์กระสับกระส่าย พ่อแม่ของนรุตม์ได้ติดต่อท่าน ว.วชิรเมธี เทศน์ให้นรุตม์ฟังทางโทรศัพท์เป็นเวลา 1 ชั่วโมง เวลา 06.50 น. นรุตม์จากไปอย่างสงบท่ามกลางความเศร้าโศกเสียใจของครอบครัวและเพื่อน ๆ

พยาบาลและพ่อแม่ของนรุตม์ได้ช่วยกันแต่งชุดนิสิตจุฬาฯให้นรุตม์ ซึ่งเป็นชุดที่นรุตม์อยากใส่และพ่อแม่อยากเห็นมากที่สุด เวลา 11.40 น. มีพิธีรดน้ำศพ ที่ศาลาพิธีศพ โดยมีท่าน ว.วชิรเมธี เป็นประธาน พวกเราได้ไปร่วมพิธีด้วย **แม่ของนรุตม์เข้ามาสวมกอดร้องไห้ด้วยความเสียใจ และกล่าวขอบคุณเจ้าหน้าที่ทุกคนที่ให้การดูแลนรุตม์เป็นอย่างดี "นรุตม์มีบุญที่ได้รับการดูแลเป็นอย่างดีจากพี่ ๆ ทุกคน" เป็นคำพูดที่ทำให้เจ้าหน้าที่ทุกคนรู้สึกมีคุณค่า มีความสุข ที่พวกเราได้ให้การดูแลนรุตม์และครอบครัวอย่างเต็มที่ด้วยหัวใจของความเป็นมนุษย์** นอกจากนี้พวกเรายังได้รวบรวมเงินทำบุญ จัดพวงหรีดและเดินทางไปร่วมงานศพนรุตม์ ที่อ.แหลมสิงห์ จ.จันทบุรี พ่อแม่ของนรุตม์ดีใจมากคิดไม่ถึงว่าพวกเราจะไปร่วมงาน และให้เกียรติพวกเราทุกคนที่ไปร่วมเป็นเจ้าภาพในการสวดพระอภิธรรม พวกเราเดินทางกลับถึงกรุงเทพฯ เวลาประมาณ 01.00 น. ด้วยความเหน็ดเหนื่อย แต่มีความสุขที่ได้ส่งให้นรุตม์ไปสู่สุคติ ซึ่งทุกวันนี้พ่อแม่ของนรุตม์ยังแวะมาเยี่ยมเยียนพวกเราอยู่เป็นระยะ ๆ

หอผู้ป่วยเฉลิมพระเกียรติ 10 ใต้

เราจะดูแลกัน

เมื่อ 1–2 ปีก่อนข้าพเจ้าได้มีโอกาสดูแลผู้ป่วยที่เป็นมะเร็งระยะสุดท้าย ลูกของเขา 2 คนเล่าให้ฟังว่า พ่อของพวกเขาเป็นหัวหน้าครอบครัวที่ดี ดูแลลูก 2 คนส่งเสียให้ร่ำเรียนจนสำเร็จการศึกษา เริ่มมีงานทำและพร้อมที่จะเลี้ยงดูพ่อที่พวกเขารักยิ่ง แต่โชคชะตากลับเล่นตลก เมื่อแพทย์ตรวจพบว่าพ่อของพวกเขาเป็นมะเร็งระยะสุดท้ายที่ไม่สามารถรักษาให้หายได้ พวกเขาพาพ่อไปรักษาในหลาย ๆ ที่ที่มีคนแนะนำ ไม่ว่าจะเป็นหมอพระ ชีวจิต แผนโบราณ ที่ใคร ๆ ว่าดี พวกเขาพาไปหมดทุกที่พวกเขาหวังเพียงอยากให้พ่อหายป่วยมีสุขภาพดีดังเดิม แต่ก็ไม่สามารถเอาชนะมะเร็งร้ายได้

ครั้งนี้พ่อของพวกเขาเข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลด้วยสภาพร่างกายที่ซูบผอมทรุดโทรม หายใจเหนื่อย แพทย์ได้ทำการใส่เครื่องช่วยหายใจ และมีการพูดคุยให้ข้อมูลกับครอบครัวถึงแนวทางการรักษาที่สามารถทำได้ ลูกทั้ง 2 คนร้องไห้และกอดกัน ขณะที่แพทย์อธิบายเหตุการณ์ที่กำลังจะเกิดต่อไป เพื่อให้ลูก ๆ ได้มีส่วนร่วมตัดสินใจในการรักษา พวกเขาเริ่มยอมรับในสิ่งที่จะเกิดขึ้น แต่พวกเขาไม่รู้ว่าควรจะทำอย่างไรต่อไป ข้าพเจ้าได้แต่นิ่งฟังสิ่งที่พวกเขาอยากเล่า และระบายความรู้สึกที่กำลังจะต้องสูญเสียคนรัก

มองคนที่รักกำลังค่อย ๆ จากไปโดยไม่สามารถทำอะไรได้ ข้าพเจ้าเองเคยผ่านความรู้สึกเช่นนั้นมาก่อน รับรู้ถึงความทุกข์ที่ทุกข์ที่สุดของชีวิตเป็นเช่นไร และรู้ได้ว่าขณะนี้พี่น้องสองคนนี้ต้องการคนที่จะชี้แนะแนวทางที่จะทำให้พ่อของพวกเขาได้รับสิ่งที่ดีที่สุดที่เขาจะหาให้ได้

ข้าพเจ้าและใครหลาย ๆ คนไม่รู้ว่าโลกหน้าจะเป็นอย่างไร แต่เราเชื่อว่าการที่จิตสุดท้ายก่อนวิญญาณจะออกจากร่าง ถ้าเราระลึกคิดถึงสิ่งดี จะไปสู่ภพภูมิที่ดี พี่น้องสองคนรับฟังและเริ่มสวดมนต์พร้อมทั้งกุมมือพ่อไว้ และกระซิบข้างหู "พ่อไม่ต้องเป็นห่วง ผมจะดูแลน้องแทนพ่อ เราจะดูแลกัน" ทั้งสองคนผลัดกันสวดมนต์ให้พ่อฟัง ข้าพเจ้ารู้ว่ามันเป็นเรื่องยากที่จะห้ามไม่ให้ร้องไห้ แต่ทั้งสองคนมีพลังใจอันกล้าแข็งที่จะไม่ร้องไห้ให้น้ำตาโดนตัวพ่อหรือได้ยินเสียงร้องไห้เพราะกลัวพ่อเป็นห่วง เมื่อผู้ป่วยสัญญาณชีพต่ำลงมาก ข้าพเจ้าแจ้งแพทย์และบอกให้สองพี่น้องรับทราบ ทั้งสองคนกราบที่เท้าพ่อและบอกให้พ่อคิดถึงพระ ให้พ่อไปสู่สุคติ ชีพจรคนไข้เต้นขึ้นมาอีกครั้งก่อนที่จะค่อย ๆ ช้าลงและหยุดไปในที่สุด พี่น้องสองคนกอดกันร้องไห้ ข้าพเจ้าเปิดโอกาสให้เขาได้อยู่กับบุคคลอันเป็นที่รัก ได้เก็บภาพและความทรงจำไว้ในใจ

เหตุการณ์ที่ผ่านมาเป็นบทเรียนที่ข้าพเจ้ารู้สึกดีทุกครั้งที่มีโอกาสได้ช่วยเหลือ ดูแลผู้อื่น **คงไม่มีใครหนีพ้นวัฏจักร เกิด แก่ เจ็บ ตาย แต่จะทำอย่างไรให้รู้เท่าทัน และยอมรับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ขอบคุณวิชาชีพพยาบาลที่ทำให้เราได้มีส่วนช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน**

ปิยะอร ลีระเติมพงษ์
หอผู้ป่วย 72/7 ชายใต้

บทบาทของพยาบาลกับการดูแลผู้ป่วยมะเร็ง

จากประสบการณ์ของพยาบาลที่ดูแลผู้ป่วยมะเร็ง พบว่าผู้ป่วยจะต้องใช้ความอดทนอย่างสูงในการเข้ารับการรักษา ผู้ป่วยบางราย เป็นมะเร็งระยะแรก ได้รับการผ่าตัดและรับยาเคมีบำบัด ซึ่งต้องเข้า-ออกโรงพยาบาลบ่อยครั้ง บางคนใช้เวลาในการรักษาที่ยาวนาน เช่น 3-5 ปี เนื่องจากโรคไม่ตอบสนองต่อการรักษา ต้องเปลี่ยนยาหรือเปลี่ยนแผนการรักษา บางรายโรคเข้าสู่ระยะสุดท้ายและเสียชีวิตในที่สุด พยาบาลจะเป็นผู้ที่อยู่ใกล้ชิดกับผู้ป่วยและญาติ ทำให้เกิดความคุ้นเคย รวมทั้งทราบความเป็นไปในครอบครัวของผู้ป่วยด้วย

มีผู้ป่วยมะเร็งรังไข่รายหนึ่ง เข้ารับการรักษาที่ยาวนานเป็นเวลาประมาณ 4 ปี ในช่วงของการรักษาได้สังเกตเห็นว่าตัวผู้ป่วยและบุตร มีสัมพันธภาพที่ไม่ดี บุตรของผู้ป่วยมักจะมีอารมณ์ที่หงุดหงิดเมื่อต้องมารับ-ส่งผู้ป่วย บางครั้งไม่มาเยี่ยมผู้ป่วยเลย โดยอ้างเสมอว่าไม่มีเวลา ต้องทำงานอยู่ต่างจังหวัด พยาบาลต้องให้ข้อมูลกับบุตรเป็นระยะ เพื่อให้เห็นความสำคัญของการที่ผู้ป่วยต้องมารับการรักษาอย่างต่อเนื่อง การได้รับกำลัง

ใจจากญาติและลูกหลาน การดูแลทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และจิตวิญญาณ เป็นสิ่งที่สำคัญและจำเป็นอย่างยิ่ง ซึ่งบุตรของผู้ป่วยก็ไม่ได้ให้ความสนใจหรือใส่ใจมากนัก

ต่อมาผู้ป่วยมีภาวะของโรคที่ลุกลามไปมากเข้าสู่ระยะสุดท้าย ต้องมานอนที่หอผู้ป่วย เพื่อดูแลให้ทุเลาอาการปวดและได้รับความ สุขสบาย ซึ่งบุตรของผู้ป่วยมีความประสงค์ให้ผู้ป่วยเสียชีวิตที่โรงพยาบาล ในช่วงแรกที่อยู่โรงพยาบาล ไม่มีใครมาเยี่ยมผู้ป่วยเลย พยาบาลได้พูดคุยให้คำปรึกษาแก่บุตรชายและบุตรสาวผู้ป่วยเกี่ยวกับแนวทางการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ซึ่งบุตรทั้ง 2 คนของผู้ป่วยได้ระบายความรู้สึก ร้องไห้ และรู้สึกเสียใจว่าก่อนหน้านี้ไม่ได้สนใจและดูแลมารดาให้ดีกว่านี้ รู้สึกเสียดายเวลาที่ผ่านมา และรู้สึกผิด พยาบาลจึงได้ปลอบโยนและให้กำลังใจว่าสิ่งที่กำลังทำอยู่ในปัจจุบันเป็นสิ่งที่ดีที่สุดแล้ว สิ่งที่ผ่านมาในอดีตไม่สามารถไปย้อนแก้ไขอะไรได้ หลังจากนั้นลูก ๆ ก็มาเยี่ยมผู้ป่วยทุกวัน บุตรสาวทำงานที่จังหวัดสุราษฎร์ธานี ได้ลาหยุดงานมาเฝ้าและดูแลผู้ป่วยอย่างใกล้ชิด จนกระทั่งผู้ป่วยจากไปอย่างสงบ **เป็นบรรยากาศแห่งความอบอุ่นของผู้ป่วยที่ไม่เคยได้รับเลยในตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา ทำให้รู้สึกว่าผู้ป่วยได้รับความสุขจากครอบครัว ไม่โดดเดี่ยวในวาระสุดท้ายของชีวิต** ซึ่งพยาบาลเป็นผู้เชื่อมสัมพันธภาพให้เกิดขึ้นในครอบครัวของผู้ป่วย จึงเป็นความรู้สึกที่ดีและเป็นประสบการณ์ในการดูแลผู้ป่วย ที่จะต้องให้ความสำคัญในเรื่องขององค์รวม ก่อให้เกิดคุณค่าในทางปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรม

เชาวนี สุคนธ์ประดิษฐ์
หัวหน้าหอผู้ป่วยสมเด็จพระศรีนครินทร์ 12/1

หมั่นคอยดูแลและรักษา...ดวงใจ

ตาเป็นอวัยวะที่สำคัญของชีวิตมนุษย์ ทำให้เรามองเห็นสิ่งต่าง ๆ ได้ชัดเจน ดำเนินชีวิตได้เป็นปกติสุข หากไร้ซึ่งดวงตาชีวิตคงยากลำบาก และไม่สามารถมองโลกได้สดใสตามจริง แต่คู่สามีและภรรยาทั้งสองต่างช่วยเหลือกันเป็นดวงตาและดูแลรักษาดวงใจให้แก่กันและกัน

ผู้ป่วยหญิงวัยกลางคน เธอป่วยด้วยโรคมะเร็งที่ตาต้องอยู่โรงพยาบาลเกือบ 5 เดือน ช่วงแรกที่เข้ารับการรักษาเธออยู่ที่หอผู้ป่วยจักษุ หลังผ่าตัดเอาลูกตาข้างขวาออก และต่อมามีการติดเชื้อจึงย้ายมาที่หอผู้ป่วยในงานการพยาบาลอายุรศาสตร์ สามีผู้ป่วยเข้าคลินิกพระคุณเจ้า ด้วยท่าทางที่หงุดหงิด ขยับตัวไปมาตลอด ดูจากสภาพการแต่งกาย เสื้อผ้าดูเก่า ผมยาวรุงรัง เหมือนกับว่าไม่ค่อยได้ดูแลตนเอง สามีพูดด้วยน้ำเสียงเกรี้ยวกราดหงุดหงิดเช่นเดียวกับท่าทาง “5 เดือนแล้วที่ไม่ได้กลับบ้าน เสื้อผ้าก็มีอยู่ชุดเดียวต้องใช้ชีวิตอยู่ที่โรงพยาบาลตลอด กลางวันก็มาเฝ้าภรรยา กลางคืนไปนอนที่หน้าห้องยาตึกผู้ป่วยนอก ไม่ได้กลับบ้านเลยลำบากจะตาย ไม่รู้ว่า

จะได้กลับบ้านเมื่อไหร่ ย้ายจากตึกนั้นมาตึกนี้ นี่ก็บอกว่าจะต้องให้แสงอีก พอดีกันไม่ต้องกลับบ้าน ที่จังหวัดสุพรรณบุรี ป่านนี้ที่บ้านรกจะแย่อยู่แล้วมั้ง” ในกลุ่มของคลินิกพระคุณเจ้า ผู้ป่วยและญาติฟังอย่างเห็นใจและสอบถามสามีเกี่ยวกับการหลับนอนที่ตึกผู้ป่วยนอก (ปฏิกิริยาของสมาชิกในกลุ่มต่างจากช่วงแรกที่มองสามีผู้ป่วยอย่างสงสัยกับอาการหงุดหงิด) ในกลุ่มช่วยกันให้กำลังใจสามี ญาติผู้ป่วยข้างเตียงกล่าวชื่นชมสามีที่มาดูแลผู้ป่วยตลอด คอยพาภรรยาเดินไปเข้าห้องน้ำ คอยเป็นดวงตาอีกข้างให้กับผู้ป่วย พยาบาลของหอผู้ป่วยที่เข้าร่วมกิจกรรมคลินิกพระคุณเจ้าบอกกับสามีว่าหมอกำลังปรึกษาที่แผนกฉายแสง หน้าตาของสามีดูผ่อนคลายเมื่อได้รับรู้ว่าภรรยาจะได้รับการดูแลรักษาจากทีมอย่างไรต่อไป น้ำเสียงดูสุภาพขึ้น

สองวันถัดมาได้พบสามีนั่งอยู่ที่บันไดหน้าหอผู้ป่วย หน้าตาดูกังวล แต่น้ำเสียงที่คุยด้วยนั้นดูเป็นมิตรและอยากจะคุย สามีเล่าว่าที่หอผู้ป่วยติดต่อให้ไปอยู่ที่บ้านพักสำหรับผู้ป่วยมะเร็งเข้าพักระหว่างฉายแสง เพราะหมอจะให้ออกจากโรงพยาบาล ไม่รู้ว่าสถานที่ที่ภรรยาจะไปอยู่เป็นอย่างไร สามีเป็นห่วงมาก เพราะตาซ้ายของผู้ป่วยที่เหลืออยู่ ก็เห็นราง ๆ กลัวภรรยาจะช่วยเหลือตนเองไม่ถนัด กลัวจะไม่ได้รับการฉายแสง เพราะภรรยาไม่สามารถมาโรงพยาบาลเองได้ ที่บ้านพักไม่อนุญาตให้ญาติอยู่ด้วย ดิฉันได้เล่าถึงสภาพบ้านพักว่าจะมีเจ้าหน้าที่ของบ้านพักคอยดูแลเรื่องห้องพัก และทำอาหารเช้าและเย็นให้ ทางโรงพยาบาลศิริราชจะจัดรถรับ-ส่งผู้ป่วยทุกวัน สามีคลายความกังวลอย่างมากบอกว่าจะลองคิดดู แต่มารู้ภายหลังว่าผู้ป่วยไม่ได้ไปพักที่บ้านพักมะเร็ง สามีและผู้ป่วยนั่งรถตู้จากจังหวัดสุพรรณบุรีมาฉายแสงทุกวัน โดยให้เหตุผลว่าอยากพักที่บ้านมากกว่า

ภายหลังจากได้รับการฉายแสงครบ ผู้ป่วยได้รับการรักษาด้วยยาเคมีบำบัดและเข้าร่วมกิจกรรมในกลุ่ม “เรื่องจริงผ่านใจ” พยาบาลในกลุ่มกล่าวชื่นชม สามีว่ารู้สึกตื่นเต้น และประทับใจกับการกระทำของสามีอย่างมาก เพราะผู้ป่วยเล่าให้พยาบาลฟังว่า วันหนึ่งสามีแกะปลาทูและป้อนให้ผู้ป่วยกินด้วยความเอร็ดอร่อย คอยถามสามีว่า หมดด้านหรือยัง สามีตอบคำตอบเดิมตลอดว่า “ยังไม่หมด” พร้อมกับป้อนปลาทูและข้าวให้เรื่อย ๆ ผู้ป่วยเริ่มสงสัยว่าทำไมปลาทูตัวนี้จึงตัวใหญ่มาก แต่ก็เป็นแเพียงข้อสงสัย จนในที่สุดสามีบอกกับผู้ป่วยว่าปลาทูหมดทั้งตัวแล้ว ผู้ป่วยตกใจมาก เพราะว่าสามีจะไม่ได้กินปลาทูพร้อมกับต่อว่าสามีว่าทำไมไม่ยอมบอกความจริง สามีบอกว่า **“อยากให้กินได้มาก ๆ เห็นกินได้ก็ดีใจแล้วก็พลอยอิ่มไปด้วย”** ไม่แต่เฉพาะเรื่องอาหารการกิน สามียังคงเป็นห่วงเรื่องการดำเนินชีวิตประจำวันในบ้าน ช่วงแรกผู้ป่วยยังปรับตัวไม่ได้กับตาข้างซ้ายที่รางเลือน กะระยะไม่ถูก บ่อยครั้งที่ผู้ป่วยเดินชนเสา แต่ผู้ป่วยไม่หงุดหงิด เพราะว่าสามีคอยบอกว่าจะให้เดินไปทางไหน ของอะไรวางไว้ตรงไหน ค่อย ๆ จับและคลำจนชำนาญขึ้น รู้ทิศทาง ทำกิจวัตรต่าง ๆ ได้เหมือนเวลาที่มีดวงตาทั้ง 2 ข้าง เพียงแค่ว่าต้องใช้เวลามากขึ้นกว่าเดิม แต่ก็ไม่ได้ทำให้ผู้ป่วยรู้สึกว่าเป็นอุปสรรคในการดำเนินชีวิต

สามีได้ฟังเรื่องราวของตนเองที่พยาบาลเล่าให้สมาชิกในกลุ่ม ทั้งผู้ป่วยอื่น ๆ ญาติ อาสาสมัคร (ผู้ป่วยมะเร็งที่ผ่านการรักษาด้วยยาเคมีบำบัด) และพยาบาลฟัง ก็แสดงอาการเขินอายพร้อมกับซบหน้ากับไหล่ของผู้ป่วยและพูดว่า “เล่าให้เขาฟังทำไม” (ซึ่งขัดกับบุคลิกของผู้ชาย ที่ดูห้าวและเซอ ๆ) สามีเริ่มเล่าเหตุการณ์ของผู้ป่วยที่ตนเองประทับใจให้ฟังบ้างว่า **“มีอยู่วันหนึ่งเค้าเอาเสื้อผ้าของผมไปซัก ผมห้ามเค้าตลอดว่าไม่ต้องทำ ผมทำเองได้ เสื้อ**

สีตกใส่กัน ผมก็ยังคงใส่เสื้อตัวนั้น แม้ว่ามันจะมีลายและสีแปลก ๆ คิดว่าดีเสื้อตัวนี้ไม่มีใครเหมือนและไม่เหมือนใคร ผมไม่ได้บอกเค้า กลัวว่าจะเสียใจเพราะผมรู้ว่าเค้าตั้งใจที่จะดูแลผมเหมือนในยามที่เค้ามีดวงตาปกติ แม้ตอนนี้เค้ามองไม่เห็น แต่ผมก็ต้องเฝ้าถนอมดวงใจของเค้า" ผู้ป่วยถึงกับตะลึงและกล่าวว่า "ไม่เคยรู้เลยว่าย้อมสีเสื้อให้" สมาชิกในกลุ่มต่างหัวเราะกันอย่างปลาบปลื้มใจ ที่สามีและภรรยาคู่นี้ต่างเฝ้าถนอมดวงใจซึ่งกันและกัน

เป็นการยืนยันว่า ไม่เฉพาะสัมผัสทางตาเท่านั้นที่จะรับรู้ภาพที่ปรากฏตรงหน้าได้ชัด หากแต่การสัมผัสด้วยใจที่รักและเอื้ออาทรต่อกันอย่างสม่ำเสมอ ไม่ว่ายามที่ร่างกายปกติ หากแต่ในยามที่ต้องสูญเสียดวงตาไป การสื่อกันด้วยดวงใจของสามีจะยิ่งทำให้ผู้ป่วยเห็นภาพที่แจ่มชัดและมีความรู้สึกของความห่วงใย เฝ้าประคับประคองหัวใจของกันและกัน โดยไม่ต้องใช้วาจาและท่าทางประกอบ ทั้งคู่มีสัมผัสที่ลึกซึ้งเพียง....**ส่งใจถึงใจ**

ศรีอรุณ ธนะรัชติการนนท์

ประสบการณ์จริงในโครงการเรื่องจริงผ่านใจและคลินิกพระคุณเจ้า

ด้วยรักและแรงอธิษฐาน

ประสบการณ์ชีวิตช่วงหนึ่งที่ดิฉันยังจดจำไม่ลืม คือความเจ็บป่วยของคุณแม่ เพราะไม่เคยคิดว่าจะพลิกผันบทบาทพยาบาล มาเป็นญาติของผู้ป่วยด้วยโรคร้ายแรง คุณแม่ป่วยเป็นโรคมะเร็งเยื่อหุ้มหัวเข่าข้างซ้าย ซึ่งเดิมคิดว่าเป็นโรคเข่าเสื่อมธรรมดาของผู้สูงอายุตามการวินิจฉัยของแพทย์ โดยที่ดิฉันได้พาคุณแม่มาพบแพทย์ตลอด วันที่ทราบ คุณแม่มีอาการเข่าบวม อักเสบและปวด แพทย์ได้เจาะและดูดน้ำเข่าที่บวมออก และแจ้งว่าอาการของเข่าที่บวมนั้นเป็นจากมะเร็ง

ดิฉันรู้สึกอึ้งกับคำพูดของแพทย์ ถามตนเองว่าเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นเป็นความจริงหรือ อยากให้เป็นแค่ความฝัน ถามตนเองว่าทำไมต้องมาเกิดกับเรา รู้สึกสับสนทุกข์ใจอย่างที่ไม่เคยเป็นมาก่อน ได้นึกถึงเพื่อนคนหนึ่งที่เคยแนะนำและพาไปสวดมนต์ แต่ขณะนั้นทำอย่างไม่จริงจัง ไม่มีสมาธิหรือความตั้งใจจริง จากความทุกข์ใจ ต้องการที่พึ่งทางใจจึงได้เริ่มมาสวดมนต์อย่างตั้งใจ มีสมาธิ โดยตั้งจิตอธิษฐานให้คุณแม่ได้รับการรักษาที่ดีที่สุดจากแพทย์ ได้แนะนำคุณแม่สวดมนต์ด้วย ไม่กล้าบอกความจริงคุณแม่เรื่อง

การเจ็บป่วย บอกแต่ว่าเข่าอักเสบ เพราะเกรงว่าจะคิดมาก หมดกำลังใจ และทำให้อาการทรุดลง ดังประสบการณ์ที่เคยพบจากผู้ป่วยที่เคยดูแลมาก่อนหน้านี้

คุณแม่ต้องได้รับการตัดชิ้นเนื้อตรวจโดยรอการเข้าโรงพยาบาลเป็นเวลาเกือบเดือน วันที่ได้ห้องพิเศษจำได้ว่าได้เดินไปติดต่อเจ้าหน้าที่ที่จ่ายห้อง ได้รับแจ้งว่าไม่มีห้องพิเศษ จึงเดินกลับมาด้วยความผิดหวัง แต่ก็สวดมนต์ตั้งใจว่าจะไม่ไปตามเรื่องห้องพิเศษอีก เพราะเหมือนต้องไปเช้าชี้อ้อนวอน ถ้าได้ห้องพิเศษขอให้เจ้าหน้าที่ติดต่อให้ทราบ ซึ่งหลังจากเดินกลับมาที่หอพักพยาบาลได้มีโทรศัพท์แจ้งว่า มีห้องพิเศษ รู้สึกแปลกใจและดีใจ

ขณะคุณแม่อยู่โรงพยาบาล อาจารย์เจ้าของไข้เดินทางไปต่างประเทศ ได้ฝากอาจารย์อีกท่านดูแลและทำการตัดชิ้นเนื้อตรวจให้ อาจารย์ใจดีมาก ท่านได้ให้กำลังใจว่าดูผลชิ้นเนื้อคร่าว ๆ คิดว่าไม่น่าจะเป็นมะเร็ง ทำให้รู้สึกใจชื้น แต่ความสบายใจก็เป็นแค่ช่วงสั้น ๆ เพราะผลการตรวจชิ้นเนื้อต้องรอนานจนผิดสังเกต จนต้องไปขอดูผลจากแพทย์ที่ตรวจชิ้นเนื้อ ทราบว่าต้องดูรายละเอียดให้แน่ชัด ที่แน่ ๆ คือเป็นเซลล์มะเร็ง แต่ต้องดูให้ชัดเจนว่าเป็นชนิดใด เพราะการรักษาแตกต่างกัน ดิฉันเริ่มทุกข์ใจหลังจากทราบและต้องรอผลต่อ

หลังจากทราบผลแน่นอนแล้ว แต่อาจารย์เจ้าของไข้ยังไม่กลับจากต่างประเทศ อาจารย์ที่ทำการตัดชิ้นเนื้อให้ก็ไม่สามารถทำอะไรเพิ่มได้ ต้องรออาจารย์ เจ้าของไข้กลับมาตัดสินใจเองในการรักษา **ขณะนั้นทุกข์ใจมาก เพราะรู้ว่าคุณแม่เป็นมะเร็งแน่ แต่ยังไม่ได้รับการรักษาใด ๆ กังวลว่ามะเร็งจะยิ่งกระจายเร็วมากขึ้น ดีที่ขณะนั้นมีเพื่อน พี่และน้องให้กำลังใจ แวะเวียนมา**

เยี่ยมบ้าง เพื่อนให้กำลังใจ แนะนำให้สวดมนต์มาก ๆ ดิฉัน คุณแม่ น้องสาว และคุณพ่อจึงช่วยกันสวดมนต์ **จุดมุ่งหมายเดียวกันคืออธิษฐานให้คุณแม่** ดิฉันรู้สึกดีใจที่ตนเองและครอบครัวได้มีที่พึ่งทางใจ เวลาที่เรารอ เราพยายามใช้อย่างคุ้มค่า ทำให้จิตใจที่ว้าวุ่นสงบลง ในระดับหนึ่ง

หลังจากอาจารย์เจ้าของไข้กลับมา อาจารย์ซึ่งเป็นคนพูดตรง แจ้งให้คุณแม่ทราบว่าอาจให้การรักษาโดยการตัดขา ดิฉันได้ฟังแล้วอดกลั้นน้ำตาไว้ไม่ได้ รู้สึกสะเทือนใจ สงสารคุณแม่จับใจ แต่คุณแม่เองกลับเข้มแข็งกว่า โดยมีแค่น้ำตาคลอเท่านั้น ดิฉันได้รับรู้ถึงความเข้มแข็งและความอดทนของคุณแม่ ทำให้รู้สึกว่าเราควรต้องเข้มแข็งกว่า เพื่อให้กำลังใจ ท่านอาจารย์ขอให้คุณแม่ตรวจ CT chest ก่อน ถ้าปกติจึงจะตัดขาให้ แต่ถ้าพบว่ามีการกระจายของมะเร็งไปที่ปอดแล้ว ก็จะไม่ผ่าตัด **ขณะรอผลตรวจดิฉันรู้สึกเศร้าใจไม่ทราบว่าจะสวดมนต์อธิษฐานอย่างไร เพราะถ้าผลปกติคุณแม่จะถูกตัดขาทิ้ง ในขณะที่ถ้าไม่ต้องถูกตัดขา ก็หมายถึงมะเร็งได้กระจายไปแล้ว** ครอบครัวของเรายังคงได้กำลังใจและคำแนะนำจากเพื่อนว่า สวดมนต์และอธิษฐานเพื่อให้คุณแม่ได้สิ่งที่ดีที่สุดในการรักษา

ผลจาก CT chest พบว่า ผลปกติ เราทุกคนในครอบครัวเริ่มทำใจเรื่องคุณแม่จะต้องถูกตัดขา แต่อาจารย์เจ้าของไข้เปลี่ยนใจ แจ้งว่าจะไม่ตัดขา โดยให้เหตุผลว่าเซลล์มะเร็งเล็กมาก อาจตรวจไม่พบ คาดว่าน่าจะมีการกระจายแล้ว ด้วยความรู้สึกว่าคุณแม่ไม่ได้รับการรักษา จึงนัดน้องสาวเพื่อปรึกษาอาจารย์เรื่องการผ่าตัดอีกครั้ง อาจารย์ยังยืนยันไม่ผ่าตัด เราทั้งสองรู้สึกเสียใจ ร้องไห้ รู้สึกสับสนในชีวิต ต่อมาอาจารย์ส่งปรึกษารังสีแพทย์ แจ้งว่า การรักษาด้วยรังสีนั้นไม่ได้ผล **แพทย์แนะนำให้ดูแลและพาท่าน**

เที่ยวเพื่อหาความสุขในช่วงที่ยังมีชีวิตอยู่ ดิฉันรู้สึกเศร้าใจ เริ่มเข้าใจความรู้สึกของญาติผู้ป่วยที่อยู่ในสถานการณ์เช่นนี้ ถามตนเองว่าเราหมดหนทางในการรักษาแล้วหรือ

ก่อนหน้านี้ น้องที่ทำงานได้พูดคุยกับคนงานที่หอผู้ป่วย บอกว่ารู้จักกับลุงคนหนึ่งที่เคยรักษาผู้ป่วยมะเร็งด้วยยาสมุนไพร ด้วยขณะนั้นคุณแม่ยังไม่ได้รับการรักษาใด ๆ คุณลุงบอกว่า รายคุณแม่รักษาร่วมกับการรักษาโดยยาเคมีบำบัดได้ แต่ถ้าต้องรักษาร่วมกับรังสีจะรักษาด้วยกันไม่ได้ หลังจากทราบว่าคุณแม่ไม่สามารถรักษาโรคด้วยรังสีได้ เราจึงตัดสินใจว่าจะกินยาสมุนไพรไปก่อน โดยคุณแม่ยังรักษาตัวอยู่ในโรงพยาบาล ขณะเดียวกันได้ติดต่อกับอาจารย์ที่รักษาด้วยยาเคมีบำบัด ทั้งที่เดิมอาจารย์ที่ตัดชิ้นเนื้อให้เคยบอกว่า การรักษาด้วยยาเคมีบำบัดนั้นให้ผลการรักษาน้อยมาก อาจารย์ทางเคมีบำบัดรับทราบ บอกว่าจะขอดูผู้ป่วยก่อน หลังจากนั้นก็แจ้งว่าจะรักษาคุณแม่ด้วยยาเคมีบำบัด เวลานั้นดิฉันรู้สึกสับสนว่าควรจะให้คุณแม่รักษาด้วยวิธีนี้ดีหรือไม่ เพราะทราบผลข้างเคียงจากยาว่าเป็นอย่างไร อีกทั้งถูกตั้งคำถามจากน้อง ๆ ว่าควรจะให้การรักษาด้วยวิธีนี้หรือ

น้องชายคนหนึ่งเคยมีประสบการณ์ของคุณแม่เพื่อนว่า หลังได้ยาเคมีบำบัด ผู้ป่วยอ่อนแอลงและเสียชีวิตในที่สุดจากการติดเชื้อ เวลานั้นรู้สึกว่าเครียดมากเพราะไม่รู้ว่าควรจะทำอย่างไรจึงจะดีที่สุด ดิฉัน คุณแม่คุณพ่อและน้องยังคงสวดมนต์อยู่ตลอด ในที่สุดตัดสินใจรับการรักษาด้วยยาเคมีบำบัดร่วมกับการกินยาสมุนไพร เนื่องจากอาจารย์ที่ให้ยาเคมีบำบัดแนะนำว่า ถึงแม้เปอร์เซ็นต์ในการรักษาของแม่น้อยมาก แต่ก็ยังมีเปอร์เซ็นต์อยู่บ้างจะไม่ลองรักษาดูหรือ ท่านเห็นน้ำสมุนไพรที่คุณแม่กินอยู่ บอกว่าถ้าสามารถรักษาร่วมกันได้จะไม่ลองรักษาหรือ จากคำพูดของอาจารย์ที่เต็มไปด้วยความ

เข้าใจ ความตั้งใจที่จะให้การรักษาจึงปรึกษาคุณแม่และตัดสินใจรับการรักษาด้วยยาเคมีบำบัดที่ได้เป็นยาฉีด เข็มแรกฉีดที่โรงพยาบาลและต้องนอนสังเกตอาการ 1 วัน โดยได้ยาฉีดแก้คลื่นไส้อาเจียนก่อน หลังได้ยาคุณแม่มีอาการเพลียอย่างเห็นได้ชัด

วันรุ่งขึ้นขณะนั่งรถกลับบ้านด้วยกัน ดิฉันยังคิดในใจว่าคนอื่นได้กลับบ้านเพราะอาการดีขึ้น แต่คุณแม่ยังต้องกลับมาโรงพยาบาลเพื่อให้ยาเคมีบำบัดอีก 7 เข็มทุก ๆ เดือน โดยที่ยังไม่รู้ว่าผลการรักษาจะเป็นอย่างไร เข่าซ้ายที่บวมยังคงบวมแดงและมีอาการเจ็บอยู่ เราทุกคนในครอบครัวพยายามดูแลแม่ในเรื่องความสะอาด เพื่อเป็นการป้องกันการติดเชื้อ คุณแม่มีอาการคลื่นไส้แต่ไม่อาเจียน อ่อนเพลียหลังได้ยาเคมีบำบัดทุกครั้ง ปากมีแผลและเจ็บ ผมร่วง คุณแม่ปรับตัวซื้อวิกมาใส่เมื่อต้องออกนอกบ้าน คุณแม่ไม่เคยร้องไห้ให้เราเห็น **มีครั้งหนึ่งที่ท่านฝันร้าย ท่านเล่าเรื่องความฝันว่าท่านเดินหลงทางเห็นแต่คนที่ตายแล้วและเห็นพระในตอนสุดท้ายของความฝัน ดิฉันรู้สึกดีใจและอบอุ่นใจ คิดว่าเป็นผลจากการที่เราได้ช่วยกันสวดมนต์อธิษฐานให้คุณแม่ รวมทั้งท่านเองก็ร่วมสวดมนต์ด้วย** คุณแม่ได้ยาเคมีบำบัดจนครบและยังมาตรวจตามนัดเพื่อเจาะเลือดและติดตามอาการ ท่านไม่เคยบ่นเลย ขณะที่มารับการรักษา เข่าซ้ายยุบบวมลง อาการปวดและอักเสบดีขึ้น จนกลับมาเป็นปกติและสามารถช่วยเหลือตนเองได้

ประสบการณ์ที่เล่ามานี้มีทั้งสุขและทุกข์ ทุกข์จากโรคที่แม่เป็น ทุกข์กับการรอคอย ทุกข์กับการที่ต้องตัดสินใจในการรักษาโดยไม่ทราบว่าผลในอนาคตจะเป็นอย่างไร **ความสุขที่มีได้จากกำลังใจที่ได้รับจากคนรอบข้างตลอดจนความเข้มแข็งและความอดทนของคุณแม่เอง ที่สะท้อนกลับและเป็นกำลังใจให้กับดิฉัน และเป็นตัวอย่างที่ดีที่ทำให้ดิฉันเข้มแข็งมากขึ้น**

ส่วนที่พึ่งทางใจจากที่ต้องเผชิญกับการรอผลการรักษา คือการสวดมนต์ดิฉัน คุณแม่ และครอบครัว ช่วยกันสวดมนต์ ทำให้จิตใจของพวกเราสงบลง ร่างกายของคุณแม่มีภูมิคุ้มกันมากขึ้น ทำให้ตอบสนองต่อการรักษาได้ดี คุณแม่ไม่ต้องถูกตัดขา ถ้าคิดว่าเป็นเรื่องของกรรม การสวดมนต์ก็ช่วยให้กรรมที่หนักเบาบางลง

คุณแม่ของดิฉันเป็นกรณีตัวอย่างให้อาจารย์แพทย์ โดยเฉพาะกับแพทย์กระดูกใช้เป็นกรณีศึกษา ซึ่งอาจารย์แจ้งว่าคุณแม่อาจเป็นมะเร็งก่อนหน้าที่จะได้รับการวินิจฉัยครั้งนี้ เนื่องจากเมื่อย้อนดูภาพเอกซเรย์เข่าที่เคยถ่ายไว้ ซึ่งหากพิจารณาให้ดีจะพบว่ามีความผิดปกติ แต่เนื่องจากขาดการสังเกตโดยละเอียด จึงไม่เห็นความผิดปกตินั้น อาจารย์บอกว่าจะนำมาแนะนำกับแพทย์และนักศึกษาแพทย์ ให้เพิ่มความละเอียดรอบคอบให้มากขึ้น **ประสบการณ์นี้ทำให้ดิฉันเข้าใจชีวิตมากขึ้น รับรู้และเข้าใจความรู้สึกของญาติเมื่อมีคนในครอบครัวเจ็บป่วย และสามารถนำประสบการณ์เหล่านั้นมาดูแลผู้ป่วยได้ดียิ่งขึ้น โดย “เอาใจเขา มาใส่ใจเรา”**

ขอขอบคุณทุกคนที่อยู่ในเหตุการณ์ ขอบคุณผลบุญที่ได้จากการสวดมนต์ ที่ทำให้ดิฉัน คุณแม่ และครอบครัวได้ผ่านเหตุการณ์วิกฤตของชีวิตมาได้ด้วยดี

พรรณี ผณินทรารักษ์
หอผู้ป่วย ICCU

ดูแลเขา...แต่เรากลับได้

"ช่างเป็นคนเจ้าระเบียบ เป็นคนจริงจัง ตั้งใจทำงานมาก" ด้วยกิริยาท่าทางบวกกับน้ำเสียงทำให้ดิฉันดูเป็นคนดุมากทีเดียว ขึ้นชื่อติดอันดับหนึ่งว่าทั้งดุและเจ้าระเบียบ เคยมีรุ่นพี่พูดเตือนว่า "ดิฉันคงต้องหัดมองข้ามบางสิ่งบางอย่างที่ไม่สำคัญเสียบ้าง ไม่เช่นนั้นเราจะทั้งเหนื่อยและเป็นทุกข์"

ข้างต้นเป็นคำนิยามประจำตัวของดิฉันที่หัวหน้าและพี่ ๆ น้อง ๆ ในหอผู้ป่วยให้ไว้ ตลอดเวลาที่ผ่านมา ดิฉันคิดว่าใครจะคิดอย่างไร ช่างเขา เพราะคิดว่าทำงานในหน้าที่อย่างดีที่สุดแล้ว และทำทุกอย่างเต็มที่เพื่อผู้ป่วย ชีวิตการทำงานดำเนินไปเรื่อย ๆ งานหนักแต่ก็ทุ่มเท ส่วนเรื่องครอบครัวมีเรื่องให้ต้องแก้ไขอยู่ตลอดเวลา ดิฉันได้รับวิธีการที่นำมาใช้จัดการกับความทุกข์ทางใจกับปัญหาที่เกิดขึ้นในครอบครัว เข้าใจชีวิตและสัจธรรมมากขึ้น จากการที่ดิฉันนำคำพูดที่ได้พูดให้กำลังใจผู้ป่วย คำพูดนั้นย้อนกลับมาเป็นกำลังใจให้ดิฉันและคนในครอบครัว

เหตุการณ์น่าอายได้เกิดขึ้นกับครอบครัวของดิฉัน เพราะญาติของดิฉันคนหนึ่งเกิดความผิดพลาดในชีวิต เธอตั้งครรภ์โดยไม่ได้ตั้งใจ ไม่ได้แต่งงาน

ดิฉันถือว่าเป็นเรื่องที่เสื่อมเสียชื่อเสียงวงศ์ตระกูล แม่ของดิฉันร้องไห้เสียใจมาก พี่น้องต่างพากันเสียใจกับเรื่องแบบนี้ โดยเฉพาะดิฉันถือว่าเรื่องนี้เป็นเรื่องใหญ่ที่สุด โดยบุคลิกของดิฉันที่เป็นคนจริงจังกับชีวิต ไม่เคยทำให้พ่อและแม่ต้องเสียใจ ดิฉันโกรธมากถึงกับจะทำร้ายเธอ ดิฉันต้องปกปิดความรู้สึกโกรธไว้ ดิฉันอายเพื่อนบ้านมากถ้าเรื่องราวของความจริงนี้ปรากฏ

และวันหนึ่งที่ทำให้ความคิดเปลี่ยนไป เพราะว่าได้ไปให้การปรึกษาผู้ป่วยชายที่เป็นโรคเอดส์รายหนึ่ง เขาติดเชื้อ HIV จากอารมณ์ชั่ววูบ ตอนนั้นเป็นภาวะขาดสติ ภรรยาและผู้ป่วยเสียใจมาก ดิฉันได้ให้กำลังใจผู้ป่วยว่า "ไม่เป็นไร คนเราทุกคนผิดพลาดกันได้" คำพูดนี้เองที่สะท้อนให้ดิฉันได้คิดว่า กับคนในครอบครัว คนที่เรารัก คนที่ให้ความช่วยเหลือเราเสมอ ทำไมเราจะให้อภัยเขาไม่ได้ **คำพูดของเราที่ให้กำลังใจคนอื่น แต่เรากลับไม่สามารถใช้คำพูดนี้กับคนที่เรารัก" ดิฉันจึงคิดได้ ยอมรับและให้อภัยกับญาติคนนี้ ได้มองแต่ส่วนที่ดีของเธอ มองตามจริงแล้วคนที่ทุกข์มากที่สุดคือเธอ**....การอุ้มท้องทั้ง ๆ ที่ยังไม่ได้แต่งงาน การที่ต้องปิดบังไม่ให้ใครรู้ทั้ง ๆ ที่มีอาการที่แสดงถึงการตั้งครรภ์ เป็นความทุกข์ที่เธอต้องประสบ ซ้ำยังต้องคิดถึงอนาคตว่าจะเตรียมตัวเลี้ยงลูกคนเดียวอย่างไร เธอมีความทุกข์มากกว่าดิฉันอย่างมากมาย ดิฉันคิดไปไกลถึงว่า ถ้าเธอเลือกที่จะไปทำแท้ง ดิฉันจะทำใจได้อย่างไร **ขอขอบคุณผู้ป่วยรายนี้ที่เปลี่ยนแปลงความคิดของดิฉันได้และนี่คือที่มาของคำว่า "ดูแลเขา แต่เรากลับได้"**

การให้การดูแลผู้ป่วยอีกโครงการหนึ่งที่ทำให้ดิฉันเข้าใจชีวิตมากขึ้น คือ **โครงการรักษาใจ ยามเจ็บป่วย** พ.ศ. 2546 ดิฉันได้มีโอกาสไปปฏิบัติธรรม โครงการพัฒนาจิตให้เกิดปัญญาและสันติสุข ที่ทางโรงพยาบาลศิริราชจัดขึ้น เป็นการฝึกสติ-สมาธิ ตามแนวคุณแม่ดร.สิริ กรินชัย

ในครั้งนั้นดิฉันคิดว่าตนเองได้ตั้งใจฝึกฝน จนได้สัมผัสถึงความสุขสงบที่เกิดขึ้นในใจตนเอง เมื่อกลับไปทำงานที่หอผู้ป่วยอีกครั้ง จึงได้คิดว่าผู้ป่วยที่นอนรักษาตัวอยู่ในโรงพยาบาลน่าจะได้ฝึกปฏิบัติบ้าง เพราะอาจช่วยให้เขาเหล่านั้นหายจากความทุกข์ทางกายและใจได้ ดิฉันได้แต่คิดเพราะไม่มีศักยภาพพอที่จะไปเปลี่ยนหรือนำการฝึกสติ-สมาธิ มาแนะนำให้กับผู้ป่วย จนในที่สุดดิฉันได้พบกับท่านอาจารย์สุมาลี นิมมานนิตย์ โดยการแนะนำจากรุ่นพี่พยาบาล ในโครงการสดใส ใจสบาย ประจวบกับท่านอาจารย์มีแนวคิดที่ต้องการนำการฝึกสติ-สมาธิลงสู่ผู้ป่วย พวกเราพยาบาลและท่านอาจารย์สุมาลี ผศ.เสถียร สุขพณิชนันทน์ และดร.เพทาย เย็นจิตต์โสมนัส ช่วยกันเตรียมโครงการจนสามารถเริ่มได้ในปีพ.ศ. 2548 โดยท่านอาจารย์สุมาลีเป็นผู้ตั้งชื่อ “โครงการรักษาใจ ยามเจ็บป่วย” ในช่วงแรกผู้ป่วยที่เข้าโครงการจะเป็นผู้ป่วยมะเร็ง และต่อ ๆ มาจะมีผู้ป่วยโรคอื่น ๆ เข้าร่วมด้วย

การเข้าร่วมในโครงการทำให้ดิฉันได้รับรู้ถึงความทุกข์ทรมานจากการรักษา ท่านเหล่านั้นได้บอกเล่าเรื่องราวต่าง ๆ ของตนเอง พร้อมกับร้องไห้ แต่ผู้ป่วยในโครงการต่างช่วยเหลือดูแลกันและกัน ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ โดยมีท่านอาจารย์สุมาลีเป็นผู้คอยแนะนำแนวทาง ท่านมาร่วมเป็นวิทยากรในกลุ่มทุกครั้ง ทุกวันจันทร์และวันพุธ แม้ว่าท่านจะป่วยด้วยโรคมะเร็ง บางครั้งหลังให้ยาเคมีบำบัดเพิ่งเสร็จ ท่านก็ออกจากหอผู้ป่วยเฉลิมพระเกียรติมาที่ตึกอดุลยเดชวิกรม ชั้น 13 เพื่อมาร่วมพูดคุยในกลุ่มผู้ป่วยก่อนที่จะเริ่มเดินจงกรมและนั่งสมาธิกัน และท่านจะกลับมาร่วมสอบอารมณ์กันว่าเกิดอะไรขึ้นบ้างระหว่างการปฏิบัติ ซึ่งผู้ป่วยแต่ละคนจะเล่าสิ่งที่เกิดกับตนเอง ท่านอาจารย์สุมาลีจะคอยให้กำลังใจผู้ป่วยให้เพียรปฏิบัติ การปฏิบัติธรรมไม่ได้แข่งกับใคร แต่เป็นการเฝ้าดูใจเราเองออกมาว่าใจเรา

รู้สึกอย่างไร ท่านอาจารย์สุมาลีเน้นย้ำเสมอว่า**ผู้ป่วยทุกคนมีศักยภาพที่จะดูแลใจตนเอง เรื่องของกายให้แพทย์รักษา ส่วนเรื่องใจนั้นเราต้องฝึก ความเจ็บป่วยเป็นเรื่องธรรมดา ธรรมชาติ ไม่มีใครหลีกพ้น** ท่านอาจารย์สุมาลีเคยพูดยกตัวอย่างที่เกิดกับท่านว่า มีคนพูดว่า “หมอก็ป่วยเป็นมะเร็งได้ด้วยหรือ” ท่านตอบไปว่าหมอก็ป่วยได้ **เมื่อความเจ็บป่วยมาถึง ตั้งสติและยอมรับก็จะไม่เกิดทุกขเวทนา** ผู้ป่วยต่างรับฟังท่านเพราะมีความเจ็บป่วยเช่นเดียวกัน

จากที่ได้ร่วมโครงการรักษาใจยามเจ็บป่วย ทำให้ดิฉันรู้ว่า ในชีวิตคนเรานั้นมีแต่เรื่องไม่แน่นอน การที่ได้มีชีวิตอยู่เป็นโอกาสทองที่จะได้สะสมบุญกุศล สุข-ทุกข์ อยู่ที่ใจเราเอง ทำให้เรารู้ว่าการได้ช่วยเหลือให้ผู้ป่วยได้มีโอกาสปฏิบัติธรรมนั้น เป็นเรื่อง Health Promotion ด้วยเช่นกัน เพราะคนเราต้องมีสุขภาวะที่ดีทั้งกายและใจ ไม่เฉพาะผู้ที่แข็งแรงดีเท่านั้น ผู้เจ็บป่วยก็ต้องการมีสุขภาวะที่ดี อยู่กับความเจ็บป่วยอย่างที่ใจยอมรับ ไม่ต้องเสียพลังงานไปผลักไส ดิฉันได้ข้อสรุปว่า “การให้การพยาบาลไม่จำเป็นต้องดูแลเฉพาะในหอผู้ป่วย หากสามารถส่งเสริมให้ผู้ป่วยดูแลใจตนเองได้ โดยเป็นการสร้างวัคซีนใจ เมื่อมีอะไรมากระทบใจผู้ป่วยก็จะไม่เซมากนัก”

ปานทิพย์ ฟูเฟื่อง
อัษฎางค์ 9 ใต้

ตัวห่างไกล...ใจอยู่ใกล้

ในกลุ่มของคลินิกพระคุณเจ้าในครั้งนี้ เหมือนจงใจที่จะคัดเลือกสมาชิกในกลุ่ม คือเป็นกลุ่มของญาติที่เป็นลูกของผู้ป่วยที่มีอาการหนัก ผู้ป่วยบางคนใกล้เสียชีวิต ลูกบางคนเป็นผู้ดูแลหลักที่เฝ้าดูแลบุพการีมานานถึง 4 ปี พระคุณเจ้าเริ่มด้วยการสอบถามถึงสุข–ทุกข์ของลูก ๆ ที่ต้องดูแลพ่อ–แม่ที่ป่วยหนัก ทุกคนล้วนพูดเป็นเสียงเดียวกันว่า “ไม่เหนื่อย” ทุกคนล้วนมีความสุขกับการที่ได้ดูแลบุพการี ลูกสาวผู้ป่วยรายหนึ่งพูดว่า เป็นการตอบแทนบุญคุณที่พ่อและแม่เลี้ยงเรามา นึกไปถึงตอนที่เรายังเล็กพ่อและแม่เฝ้าคอยทะนุถนอม คอยเช็ดตัว เช็ดก้น อดหลับอดนอน ที่ดูแลทุกวันนี้ยังไม่เท่ากับพระคุณของท่าน

ลูกสาวผู้ป่วยรายหนึ่งหน้าตาดูเครียด แต่ไม่ได้เครียดจากการที่ต้องดูแลแม่มานาน 5 ปี แต่พูดถึงพี่ ๆ น้อง ๆ คนอื่นว่า “ทำไมแม่เลี้ยงลูก ๆ ตั้ง 6 คนยังเลี้ยงได้ แต่เวลาที่แม่ป่วยช่วยตัวเองไม่ได้ ลูกตั้ง 6 คนถึงดูแลแม่ไม่ได้” ดิฉันสะท้อนอารมณ์ว่า “น้อยใจที่พี่น้องคนอื่น ๆ ไม่ได้มาผลัดเปลี่ยนดูแล” เธอตอบว่าไม่ได้น้อยใจ แต่อยากให้แค่มาเยี่ยมแม่บ้าง

ไม่ต้องมาดูแลหรอก เพราะเธอเองสามารถดูแลแม่เพียงคนเดียวได้ เธอคาดหวังให้พี่น้องคนอื่นกระทำอย่างที่เธอทำ เธอเล่าว่าบางวันเธอต้องไปทำธุระ ลูกชายเธอจะอยู่ช่วยดูแลแทนเธอได้

ดิฉันชื่นชมเธอที่เธอได้สอนลูกชายของเธอโดยผ่านการดูแลแม่ “คนเรามักจะสอนในสิ่งที่ควรจะทำ แต่ก็มักจะไม่ได้ทำในสิ่งที่สอน” แต่เธอสามารถดูแลแม่เป็นภาพที่ลูกชายของเธอเองเห็นภาพเช่นนี้ซ้ำ ๆ จนเธอเป็นแม่แบบที่ดีของลูกชาย เธอสอนโดยไม่ต้องพร่ำพูดจาเป็นนกแก้วให้ลูกคอยท่องจำ เธอจึงเล่าให้พวกเราในกลุ่มฟังว่า **แม่ของเธอก็คอยดูแลตาและยายจนเสียชีวิต แม้ในยามนี้ยายของเธอจากไกล แต่คำสอนและการกระทำของแม่เธอยังอยู่ในใจของลูกหลานตลอดไป** จนลูกชายของเธอซึมซับและสามารถบันทึกไว้ในความทรงจำ และในวันข้างหน้า ลูกชายคงดูแลเธอในยามที่เธอเจ็บป่วย เธอยิ้มรับอย่างภาคภูมิใจ

ลูกสาวผู้ป่วยอีกรายหนึ่ง ในวันที่แม่ของเธอหยุดหายใจ เธอไม่ได้อยู่ในเหตุการณ์ เธอไปทำบุญต่างจังหวัด แต่ช่วงเวลาที่ผ่านมา เธอดูแลแม่มาตลอด คอยพาแม่มาโรงพยาบาลด้วยอาการของโรคหัวใจ เข้า ๆ ออก ๆ โรงพยาบาลบ่อย ๆ แม่มักบอกเธอว่า “แม่คงไม่ไหวแล้ว อยู่ก็ทรมาน อายุก็มากแล้ว” เธอก็ปลอบใจแม่ว่าอยากให้แม่อยู่ถึงอายุ ๑๐ ปี อยู่อีกสัก 4-5 ปี แต่ในครั้งนี้ที่ผู้ป่วยมาถึงห้องฉุกเฉิน หลังจากที่ใส่ท่อช่วยหายใจและปั๊มหัวใจแล้ว ผู้ป่วยได้รับการส่งเข้ามาที่ตึกด้วยสภาพโคม่า ไม่โต้ตอบ เธอเสียใจมากที่ไม่ได้เป็นคนพาแม่มาโรงพยาบาล แต่เวลาที่เธอทำบุญก็ระลึกถึงแม่ของเธอเสมอ การมาโรงพยาบาลครั้งนี้ของแม่ของเธอคงเป็นครั้งสุดท้าย เมื่อหมอบอกให้เธอทำใจว่า “แม่ของเธอคงไม่ไหว ไม่น่าที่จะมีโอกาสมีชีวิตต่อไป” เธอบอกว่าเธอโกรธหมอมากที่พูดแบบนี้ แต่ก็ไม่ได้แสดงออก

ดิฉันนิมนต์ให้พระคุณท่านเล่าถึงสมัยพุทธกาลที่หญิงนางหนึ่งอุ้มทารกของเธอมาหาพระพุทธเจ้า ให้พระองค์ทรงช่วยให้ลูกของเธอมีชีวิตอยู่ต่อไป เธอเศร้าโศกมาก พระองค์ให้เธอไปหาเมล็ดพันธุ์ผักกาดในบ้านที่ไม่เคยมีคนเสียชีวิตในบ้าน ถ้าพบจะช่วยให้ทารกน้อยฟื้นขึ้นมาได้ เธอเดินไปทุก ๆ บ้านจนทั้งหมู่บ้าน ไม่ปรากฏเลยว่ามีบ้านที่ไม่มีใครเสียชีวิต

เธอกลับมาหาพระพุทธเจ้า และบอกว่าเธอไม่สามารถค้นหาเมล็ดพันธุ์ผักกาดในบ้านที่ไม่เคยมีคนเสียชีวิตได้เลย พระองค์จึงบอกกับเธอว่าเป็นธรรมดาของชีวิตที่จะต้องมีทั้งเกิดและตาย นางจึงเข้าใจและคลายความทุกข์โศกลงบ้าง ลูก ๆ ของผู้ป่วยพยักหน้าคล้ายกับเห็นด้วยที่พระคุณท่านเล่า

ลูกสาวผู้ป่วยรายสุดท้ายจึงเล่าเรื่องราวการตัดสินใจของเธอที่แตกต่างจากคนอื่น ๆ เธอเริ่มว่าหมอแจ้งกับเธอว่า คุณแม่ของเธอไตวายเรื้อรังมานานแล้ว การรักษาต่าง ๆ จะไม่เกิดประโยชน์กับผู้ป่วย ดิฉันได้ปรึกษากับพี่น้องแล้วว่าจะไม่ทำอะไรให้แม่ต้องทรมานอีก ปีกว่ามานี้ที่ท่านต้องวนเวียนเข้าโรงพยาบาล ท่านเคยบอกว่าอายุท่านตั้ง 75 ปีแล้ว สังขารคงไม่ไหว ไม่อยากใส่ท่อช่วยหายใจแบบพ่อมันทรมาน ลูก ๆ จำคำที่แม่เคยพูดไว้ว่าไม่อยากทรมาน แต่ชักไม่แน่ใจว่าตัดสินใจถูกหรือผิดเพราะเห็นผู้ป่วยเตียงข้าง ๆ อีก 5 เตียง ทุกคนใส่ท่อช่วยหายใจ มีสายน้ำเกลือระโยงระยาง แต่แม่เรามีแค่สายให้อาหารทางจมูกเท่านั้น

ดิฉันจึงแสดงความคิดเห็นบ้างว่า **ญาติมักเข้าใจว่ามาโรงพยาบาลต้องรักษาให้เต็มที่ให้ถึงที่สุด มีอะไรที่ให้ได้ใส่ได้ต้องให้หมอทำให้จนลืมไปว่าแท้จริงแล้วเราไม่สามารถฝืนธรรมชาติได้ เรามักจับคู่ผิดว่าเกิดต้อง**

คู่กับมีชีวิตอยู่ จริง ๆ แล้วเกิดคู่กับตาย เมื่อเราเข้าใจชีวิตตามจริง จะยอมรับและยอมทำตามสิ่งที่พ่อและแม่เคยบอกความต้องการของท่านว่าวาระสุดท้ายท่านอยากให้ลูกหลานทำสิ่งใดให้ **ยาที่วิเศษที่สุดที่จะทำให้เราพ้นจากเวทนานั้น คงเป็นการละทิ้งร่างที่พุพัง เป็นธรรมะโอสถที่ผู้ที่อยู่ในวาระสุดท้ายเพรียกหา**

ศรีอรุณ ธนะรัชติการนนท์

ประสบการณ์จริงในโครงการคลินิกพระคุณเจ้า

ให้โอกาสกับชีวิต...หยุดทำร้ายตัวเอง

เรื่องเล่าจากใจ

ศูนย์มะเร็งศิริราช Siriraj Malignancy Care Center

ผู้ป่วยหญิงเป็นมะเร็งกระดูกที่แขนขวา และได้รับการผ่าตัดเอาแขนขวาออก เมื่อมี.ค. 2552 เล่าถึงการที่ตนเองต้องถูกตัดแขนขวา ด้วยน้ำเสียงที่ไม่ได้แสดงความเสียใจ เธอมีความกระตือรือร้นที่อยากจะเล่าเรื่องราวเกี่ยวกับชีวิตในยามเจ็บป่วยให้กับผู้ป่วยมะเร็งคนอื่น ๆ เธอเล่าว่าก่อนที่เธอจะรู้ว่าอาการปวดและบวมที่หัวไหล่ขวาเป็นมะเร็งที่จะทำให้เธอต้องสูญเสียแขนในเวลาต่อมา เธอไปพบแพทย์ที่โรงพยาบาลของรัฐบาลแห่งหนึ่งและได้รับยาแก้ปวดมากินเป็นเวลาเกือบ 4 เดือน แต่ยังมีอาการปวดและบวมเช่นเดิม

และในที่สุดเธอตัดสินใจไปหาหมอที่คลินิก เป็นความโชคดีที่ครั้งนี้เธอได้พบกับหมอกระดูก หมอดูฟิล์มของเธอแล้วจึงแนะนำให้เธอรีบไปโรงพยาบาล เธอมารักษาที่โรงพยาบาลศิริราช และได้รับการตัดชิ้นเนื้อปรากฏว่าแขนบวมมากขึ้น (เธอทำมือประกอบขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 6 นิ้ว) การที่เธอไม่สามารถทนกับอาการปวดได้จึงมาโรงพยาบาลก่อนวันนัด และเป็นความโชคดีที่เธอได้พบกับอาจารย์ระพินทร์ หมอบอกว่า “ต้องตัดแขนขวาออก เพื่อไม่ให้เซลล์มะเร็งลุกลามไปมากขึ้น”

เธอไม่ปฏิเสธการที่จะต้องถูกตัดแขนขวา เธอเล่าว่าที่ตัดสินใจตามที่หมอแนะนำ เพราะว่าเป็นวิธีเดียวที่จะทำให้หายปวด ซึ่งเป็นความทรมาน

มานานหลายเดือนได้ หลังจากที่ถูกตัดแขน สามีช่วยดูแลเธออย่างดีมาก คอยป้อนอาหารให้ แต่เธอบอกสามีว่าแขนอีกข้างหนึ่งยังสามารถใช้งานได้ เธอมั่นใจว่าเธอยังช่วยเหลือตัวเองได้ พยายามกินอาหารเองโดยใช้แขนซ้าย ซึ่งเป็นแขนที่ไม่ถนัด แต่เธอไม่ท้อแท้ ลุกขึ้นสู้ตลอด หลังจากที่ออกจากโรงพยาบาล เธออยู่ที่ห้องเช่าคนเดียว ช่วงที่สามีต้องไปทำงานเป็นพนักงานรักษาความปลอดภัย ช่วงแรกเธอยังไม่กล้ากลับบ้านที่ต่างจังหวัด ไม่อยากตอบคำถามเพื่อนบ้าน ทั้ง ๆ ที่อยากพบลูกสาวคนเดียวของเธอ เธอได้พูดคุยกับลูกสาว อายุ 12 ปี ทางโทรศัพท์ลูกสาว เคยถามเธอว่า "ทำไมหมอต้องตัดแขนแม่ด้วย" เธอบอกว่า "ถ้ามีก้อนอยู่แม่จะปวดมาก แม่มีแขนเดียวแม่ก็อยู่ได้"

ครั้งหนึ่งเธอเกือบจะไม่มีโอกาสได้พบกับลูกสาวอีก เพราะสัปดาห์แรกที่ออกจากโรงพยาบาล เธออยู่คนเดียววนเวียนคิดว่า เธอเป็นภาระกับสามีที่ต้องคอยดูแลเธอ เป็นห่วงเธอ สามีไม่สามารถไปทำงานได้เต็มที่ และเธอเองก็ไม่สามารถทำงานเป็นแม่บ้านได้อย่างเดิม ความดีของสามีทำให้เธอรู้สึกผิด **เธอเตรียมเชือกที่จะผูกคอตาย แต่วินาทีนั้นเธอเหลือบไปเห็นรูปถ่ายของลูกสาวที่แขวนไว้ที่ผนังห้อง เธอหยุดความคิดที่เตรียมการที่จะลาจากโลกนี้ไป เธอคิดว่าถ้าเธอเป็นอะไรไป ลูกสาวจะไม่มีโอกาสที่จะช่วยเหลือและดูแลเธอ เธอให้โอกาสกับชีวิตของเธอด้วยการหยุดคิดทำร้ายตนเอง หลังจากวันนั้นเธอเข้มแข็งและบอกกับตัวเองว่า "จะอยู่เพื่อลูกสาว"**

ระหว่างที่เธอเล่าเรื่องราวชีวิตที่ผ่านมาของเธอ พวกเราพยาบาลอาสาสมัคร (ผู้ป่วยมะเร็งที่เคยรักษาด้วยยาเคมีบำบัด) ผู้ป่วยมะเร็งและญาติต่างเงียบในห้องประชุมมีแต่เสียงพูดของเธอ ในยามที่เธอหยุดพูดมีแต่เสียงหายใจที่ดังขึ้น พยาบาลจึงลุกไปเอาแท็งก์ออกซิเจนมาให้เธอดม เธอกล่าวขอบคุณและบอกว่า "ไม่เหนื่อยหรอกค่ะ หนูว่าอาการหนูก็เหมือนเดิม เมื่อเช้านี้

หมอบอกหนูว่า **หนูเหลือปอดข้างเดียวที่ทำงานได้ดี เป็นมะเร็งระยะที่ 4 ไม่มียาที่จะรักษา หนูเหลือปอดข้างเดียวก็ไม่เป็นไร ก็เหมือนกับตอนที่หนูต้องเสียอวัยวะไปทีละอย่าง แต่หนูยังมีลมหายใจที่จะมีชีวิตไว้ให้โอกาสให้ลูกสาวได้ดูแลและปฏิบัติกับหนูได้** วันนี้ความตายยังมาไม่ถึงต้องให้โอกาสกับตัวเอง หนูไม่กลัวแล้วว่าถ้าหนูกลับไปบ้านที่ต่างจังหวัด คนแถวบ้านจะถามหรือมองว่า หนูมีแขนข้างเดียว หนูจะไม่สนใจใคร หนูจะไปอยู่ใกล้ลูกสาว เมื่อต้องจากโลกนี้ไปหนูไม่ต้องห่วง เพราะป้าเค้าบอกแล้วว่าเค้าจะดูแลลูกสาวให้เอง หนูซื้อบ้านให้ลูกสาวไว้แล้ว ที่ผ่านมาหนูประหยัดเก็บเงินไว้ใช้จ่ายเฉพาะเรื่องกินเท่านั้นจนได้บ้านมาหลังหนึ่ง”

บ่ายวันพุธครั้งนี้ในกิจกรรมโครงการ **“เรื่องจริงผ่านใจ”** คุณนงลักษณ์ อาสาสมัครซึ่งเป็นมะเร็งระยะสุดท้ายเช่นเดียวกัน กล่าวกับในกลุ่มว่า “วันนี้พี่ไม่ได้มาให้กำลังใจกับเพื่อนมะเร็งด้วยกัน แต่พี่มารับกำลังใจที่เข้มแข็งกว่าพี่หลายเท่า” ในบรรยากาศที่เพื่อนผู้ป่วยมะเร็งเพื่อนร่วมโรคเดียวกันต่างแบ่งปันกำลังใจแก่กันด้วยหัวใจที่เต็มเปี่ยมไปด้วยความใส่ใจต่อกัน คุณนงลักษณ์กล่าวเสมอว่า **“การได้มาเป็นอาสาสมัคร มาเยียวยาใจผู้อื่นแท้จริงแล้วเป็นการเยียวยาใจตัวเอง”** คุณนงลักษณ์เคยพูดก่อนที่จะเริ่มโครงการเรื่องจริงผ่านใจว่าให้ช่วยหางานอาสาสมัครให้ทำด้วย เพราะว่าค่าผลเลือด tumor marker ขึ้นสูงมาก และหลังจากได้มาพูดคุยกับผู้ป่วยมะเร็งค่าผลเลือดลดลงอย่างชัดเจน เธอแสดงกระดาษที่จดบันทึกผลเลือดไว้ให้ดูอย่างภาคภูมิใจกับผลงานชิ้นสำคัญที่ได้เสียสละเวลามาทำประโยชน์ให้กับเพื่อนมนุษย์ **เธอขอบคุณก้อนมะเร็งที่ทำให้เธอได้มีโอกาสทำความดีแม้ในยามที่เป็นผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย**

ศรีอรุณ ธนะรัชติการนนท์
ประสบการณ์จริงในโครงการเรื่องจริงผ่านใจ

ครั้งหนึ่ง...ในความทรงจำ

การดูแลสุขภาพผู้ป่วยและครอบครัวที่บ้าน หลายคนอาจไม่คุ้นเคย โดยเฉพาะคนในกรุงเทพฯ แต่ถ้าบอกคำว่า “เยี่ยมบ้าน” หลายคนอาจรู้สึกคุ้นหูมากกว่า ในต่างจังหวัดผู้คนจะคุ้นเคยกับพยาบาลเยี่ยมบ้านเป็นอย่างดี โดยกิจกรรมที่ให้แก่ผู้ป่วยและครอบครัวที่มีปัญหาสุขภาพที่บ้าน ประกอบด้วย การสร้างเสริมสุขภาพ การส่งเสริมสุขภาพการรักษาโรคเบื้องต้น การป้องกันโรคและความพิการ การฟื้นฟูสภาพ การดูแลภาวะเจ็บป่วยระยะสุดท้าย การจัดสิ่งแวดล้อมที่เหมาะสม โดยช่วยเหลือสนับสนุนให้ผู้ป่วย ครอบครัว และชุมชน มีส่วนร่วมในการวางแผนการดูแลสุขภาพตามความต้องการ และสามารถดูแลตนเอง เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีได้

จากประสบการณ์ที่ผ่านมาในการดูแลสุขภาพผู้ป่วยและครอบครัวที่บ้าน ได้ให้การดูแลผู้ป่วยหลายประเภทส่วนใหญ่ เป็นผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้าย แต่มีอยู่รายหนึ่งที่ยังคงอยู่ในความทรงจำ เป็นการดูแลจนถึงวินาทีสุดท้ายของชีวิต และจากไปอย่างสงบ

ผู้ป่วยหญิงไทย อายุ 70 ปี แพทย์วินิจฉัยเป็นมะเร็งเต้านม ผู้ป่วยไม่ยอมรับการรักษาใด ๆ ในวันที่เจอผู้ป่วยครั้งแรก ผู้ป่วยยังพอช่วยเหลือตัวเองได้บ้าง พูดคุยได้ แต่หลังจากนั้นไม่นานประมาณ 2 เดือนถัดมา ผู้ป่วยนอนไม่รู้สึกตัว ร้องครวญครางตลอดเวลา เนื่องจากมะเร็งลุกลามไปถึงกระดูกและสมองแล้ว ญาติที่ดูแลนั่งร้องไห้ ไม่รู้จะดูแลผู้ป่วยอย่างไร จึงได้ประสานกับแพทย์คลินิกระงับปวดในการขอยามาบรรเทาให้ผู้ป่วยมีอาการดีขึ้น หลังจากที่ได้ยามาญาติมีกำลังใจในการดูแลผู้ป่วยมากขึ้น เนื่องจากไม่ต้องทนเห็นผู้ป่วยทรมานจากโรคที่เป็น

แต่ยังมีปัญหาอีกเรื่องหนึ่งคือแผลที่หน้าอก ผู้ป่วยเป็นแผลที่เกิดจากการลุกลามของมะเร็งเป็นก้อนแข็งสีน้ำตาลเข้ม เต็มหน้าอกทั้งสองข้าง ลักษณะเหมือนกระดองเต่าหรือเสื้อเกราะทหาร ญาติไม่กล้าที่จะทำแผลให้ผู้ป่วย เพราะกลัวว่าเวลาทำแผลให้แล้ว สะเก็ดแผลจะหลุดเป็นแผ่น ๆ จนเห็นปอด เห็นหัวใจของผู้ป่วย ทำให้ทีมพยาบาลต้องไปทำแผลให้ผู้ป่วยทุกวัน และสอนให้ญาติมั่นใจในการทำแผลให้ผู้ป่วย จนญาติมีความมั่นใจว่าสามารถทำแผลเองได้ จึงนัดเยี่ยมสัปดาห์ละครั้งเพื่อคอยเป็นที่ปรึกษาและให้กำลังใจแก่ญาติในการดูแลผู้ป่วย ในระหว่างการให้การดูแลผู้ป่วยนั้น ได้เตรียมความพร้อมของญาติและครอบครัว ในการที่จะเผชิญกับการสูญเสียที่จะเกิดขึ้น ระยะแรกของการเตรียมความพร้อมทำได้ค่อนข้างยาก แต่ทุกอย่างก็ผ่านไปได้ด้วยดี

ในวันสุดท้ายของการให้การดูแลผู้ป่วย ได้เดินทางไปเยี่ยมผู้ป่วยตอนสาย ๆ ของวัน ช่วยญาติในการอาบน้ำ แปรงฟัน เปลี่ยนเสื้อผ้า เปลี่ยนผ้าปูที่นอน ในวันนั้นได้เจอญาติ ๆ ของผู้ป่วยหลายคน ซึ่งเป็นคนที่ผู้ป่วยรักและอยากเจอ หลังจากได้พูดคุยกับญาติ ๆ พบว่าหลายคนทำใจไว้ระดับหนึ่งแล้วและยอมรับในความเจ็บป่วยของผู้ป่วยได้บ้างแล้ว

หลังจากทำกิจกรรมการพยาบาลเสร็จ และกำลังจะเดินทางกลับโรงพยาบาล ญาติวิ่งตามออกมาบอกว่า “ผู้ป่วยจะตายแล้ว” ทีมพยาบาลจึงรีบวิ่งกลับไปดูผู้ป่วยอีกครั้ง สิ่งที่เห็นคือผู้ป่วยหายใจแบบพะงาบ ๆ ชีพจรเต้นช้าลง ช้าลงเรื่อย ๆ จนหยุดนิ่งลงในที่สุด จึงแจ้งให้ญาติทราบ บรรยากาศในตอนนั้นทุกคนร้องไห้ พยาบาลเองก็อยากจะร้อง แต่ร้องไม่ได้ เนื่องจากเราต้องเข้มแข็งเป็นเสาหลักให้ครอบครัวของผู้ป่วยในขณะนั้น และช่วยเรื่องต่าง ๆ ในกรณีมีคนตายในบ้าน

หลังจากผู้ป่วยเสียชีวิตไปแล้วได้ไปร่วมงานศพของผู้ป่วย เพื่อไปดูแลด้านจิตใจของสมาชิกที่เหลืออยู่ในครอบครัว ติดตามเยี่ยม เพื่อประเมินจิตใจเป็นระยะ ๆ จนกว่าญาติและครอบครัวทำใจยอมรับกับการสูญเสียได้

บทสรุปของการดูแลสุขภาพผู้ป่วยและครอบครัวที่บ้านนั้น ไม่ใช่แค่สิ้นสุดที่ผู้ป่วยตายหรือหายจากโรค แต่อยู่ที่เป้าหมาย ที่ทีมสุขภาพผู้ป่วยและครอบครัวได้วางไว้ร่วมกัน จากกรณีตัวอย่างนี้เป้าหมายของทีมคือ ผู้ป่วยจากไปอย่างสงบและญาติสามารถยอมรับกับการสูญเสียได้ ซึ่งถือว่ากรณีนี้สามารถทำได้ตามเป้าหมายที่ได้วางไว้

นางสาวภาพตะวัน โพธิ์ทะเล
หน่วยบริการสุขภาพปฐมภูมิ

โทรศัพท์ : **02-419-9680**

แฟกซ์ : **02-419-9679**

เว็บไซต์ : **http://www1.si.mahidol.ac.th/palliative**