

แบบฟอร์มผลงานวิชาการ ประเภทเรื่องเล่า มหกรรมวิชาการสาธารณสุขจังหวัดสงขลา ปี 2568

.....

กลุ่ม ☐ รพช. ☒ รพ.สต./ศสม./PCU ☐ สสอ./สสจ.

ผลงานในสาขา ☐ แพทย์ ☐ ทันตแพทย์ ☐ เภสัชกรรม ☒ พยาบาล ☐ คุ้มครองผู้บริโภค

☐ วิทยาศาสตร์การแพทย์ ☐ การส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม

☐ บริหารสาธารณสุข/นโยบายสาธารณสุข/สาธารณสุขทั่วไป ☐ การแพทย์แผนไทย

☐ ป้องกันและควบคุมโรค ☐ อื่นๆ.....

การเสนอผลงาน ☒ ไม่เคยนำเสนอ เผยแพร่มาก่อน ☐ เคยเผยแพร่ (พัฒนาต่อยอด)

ชื่อเรื่อง “คำตอบสุดท้าย”

ผู้จัดทำผลงาน ชื่อสกุลนางสาววิภาวดี แหะหมั่น ตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

เบอร์โทร 064-8314999

หน่วยงาน รพ.สต.บ้านนิคม อำเภอรัตนภูมิ จังหวัดสงขลา

เบอร์โทรศัพท์มือถือ 064-8314999 E-mail nicom206@gmail.com

เนื้อหา

“คำตอบสุดท้าย”

ไม่มีอะไรที่จะอยู่กับเราไปตลอด ไม่ว่าจะเป็นรอยยิ้ม หรือน้ำตา ความสุข หรือความทุกข์...ทุกอย่างมันสลับกันไปแบบนี้ นี่แหละคือความไม่แน่นอน อะไรจะเกิดก็ต้องเกิด เหมือนกับชีวิตของป้าวรรณ เรื่องที่จะเล่าต่อไปนี้ ดิฉันได้รู้จักกับป้าวรรณครั้งแรก จากคำบอกเล่าของแม่บ้านที่ รพ.สต. “หมอวี พุ่งนี้ช่วยไปเจาะเลือดเบาหวานให้ป้าวรรณหน่อยนะ ป้าเดินมาไม่ไหว ป้าฝากบอกมาว่าพุ่งนี้ป้าต้องไปรับยาที่โรงพยาบาล” ฉันตอบตกลงในทันทีและสอบถามเส้นทางไปยังบ้านของป้าโดยไม่ทันได้ถามเหตุผลแต่อย่างใดว่าทำไมป้าจึงเดินมาไม่ไหว วันรุ่งขึ้น ในตอนเช้าของวันนั้น ฉันได้จัดเตรียมอุปกรณ์ในการเจาะน้ำตาลในเลือด และเครื่องวัดความดันโลหิต แล้วขับรถมอเตอร์ไซด์ไปตามเส้นทางที่แม่บ้านบอก ฉันจอดรถมอเตอร์ไซด์หน้าห้องแถวไม้ชั้นเดียว เป็นห้องแถวเก่าๆสองห้อง ติดกัน ห้องด้านซ้ายมือถูกปิดล็อกกุญแจไว้ ส่วนอีกห้องมีประตูไม้บานพับเปิดแง้มไว้ให้พอคนเดินผ่านไปได้ ขณะฉันเดินผ่านประตูเข้าไป ฉันเห็นผู้หญิงคนหนึ่งอายุประมาณห้าสิบกกว่าๆสภาพทรุดโทรมไม่ต่างจากบ้านที่ป้าอาศัยอยู่ กำลังนั่งเย็บผ้าอยู่ที่จักรเย็บผ้า ซึ่งจักรเย็บผ้าตัวนั้นน่าจะผ่านการใช้งานมาโชกโชกเลยทีเดียว ที่ผาผนังด้านหลังของป้ามีเสื้อที่ตัดเย็บแล้วแขวนอยู่สองตัว ฉันกวาดสายตามองไปรอบๆ ภายในบ้านมีเครื่องใช้ไฟฟ้าเพียงไม่กี่ชิ้น มีหม้อหุงข้าวใบเล็กและตู้เย็นเก่าๆกับพัดลมเพดานที่แขวนอยู่บนคานไม้ซึ่งไม่รู้จะหลุดลงมาเมื่อไหร่ พอที่จะเป็นเครื่องอำนวยความสะดวกให้ป้าบ้างในยามที่อากาศร้อน

ฉันแนะนำตัวและสอบถามว่า “ป้าวรรณอายุไหมคะ” ป้าตอบรับและบอกว่ารอหมอย่อย ฉันสอบถามป้าวรรณต่อไปว่า “ป้าเป็นเบาหวานมาตั้งแต่เมื่อไหร่” ป้าจึงเล่าให้ฉันฟังว่า “ป้าเป็นเบาหวานตั้งแต่ตอนท้องตอนนั้นอายุ ประมาณ ๒๐ ปี หลังคลอดน้ำตาลไม่ลดลงหมอจึงให้กินยามาตลอด เป็นเบาหวานได้สิบปี ก็เป็นโรคความดันโลหิตสูง และอีกสิบปีต่อมาโรคไตก็ตามมา” จากนั้นฉันทำการตรวจร่างกายเบื้องต้นตั้งแต่ศีรษะถึงเท้า สิ่งที่ฉันแปลกใจมากก็คือเมื่อตรวจไปถึงขาขวาของป้า มันเป็นขาเทียม ซึ่งฉันคงไม่ทันได้สังเกตตั้งแต่แรก คงเป็นเพราะผ้าถุงที่ป้านุ่งอยู่ปิดคลุมไว้ ป้าวรรณเล่าให้ฟังว่า “ป้ามีแผลที่ขาขวา จากแผลเล็กๆ ก็เป็นแผลที่ใหญ่ขึ้นและรักษาไม่หายจนในที่สุดต้องตัดขา ตอนนั้นสภาพจิตใจของป้ามันบอบช้ำอย่างหนักที่ต้องสูญเสียขาแต่อยู่มาไม่นานก็มีโครงการขาเทียมพระราชทาน เหมือนป้าได้มีชีวิตใหม่อีกครั้ง แต่ความโชคดีก็อยู่กับป้าได้ไม่นาน ป้าได้ล้มหมอนนอนเสื่อไม่สามารถทำกิจวัตรประจำวันได้เหมือนเดิม มีเพียงไม้ค้ำยันที่ช่วยประคองป้าให้ลุกเดิน

ภายในบ้าน”ฉันสอบถามการไปรับยาที่โรงพยาบาล ป้าวรรณเล่าว่า “ป้าต้องจ้างคนในละแวกนั้นไปเอายาให้ที่โรงพยาบาล ครั้งละสองร้อยบาท เพื่อเป็นค่าเสียเวลาในการทำงาน” ตอนนั้นคำถามในใจของฉันมันเกิดขึ้นในทันที ว่า...ฉันพอจะช่วยอะไรป้าได้บ้าง? ฉันทำการเจาะเลือดให้ป้าวรรณ พบว่าค่าน้ำตาลในเลือด อยู่ที่ ๒๐๐ mg/dl แต่สิ่งที่ทำให้ฉันตกใจมากก็คือ ความดันโลหิตของป้าอยู่ที่ ๒๐๐/๑๒๐ mmHg เมื่อวัดซ้ำค่าความดันก็ไม่ได้เปลี่ยนแปลงมากนัก คำถามในใจของฉันอีกหนึ่งคำถามก็เกิดขึ้น ทำไมป้าคุมความดันไม่ได้? ฉันจึงสอบถามการกินยาของป้าวรรณ ป้าบอกว่า “ป้ากินยาครบตามหมอสั่งไม่เคยขาดยา” ซึ่งฉันก็ขอดูยาและคำนวณยาที่เหลือตามวันนัด พบว่า ป้ากินยาได้อย่างถูกต้อง ฉันสอบถามต่อถึงพฤติกรรมมารับประทานอาหาร ป้าบอกว่าส่วนใหญ่ป้าจะกินข้าวต้ม อาหารที่กินส่วนใหญ่ก็ไม่ได้มีรสเค็มและไม่ใส่อาหารมัน การบ้านของฉันในวันนั้นมีสองคำถามในใจ หลังจากการเยี่ยมบ้านในครั้งนั้น ฉันได้ประสานกับทีมสหวิชาชีพของโรงพยาบาลชุมชนเพื่อบอกเล่าเรื่องราวของป้าวรรณ และทางทีมสหวิชาชีพก็ได้ลงเยี่ยมบ้านในวันต่อมา ในวันที่เยี่ยมบ้าน ทางทีมสหวิชาชีพได้ตกลงกันว่าจะนำยารวมถึงอินซูลินมาให้ป้าที่ รพ.สต. เพื่อลดค่าใช้จ่ายในการจ้างคนไปเอายา และแพทย์ก็ได้ปรับยา ป้าได้รับการตรวจเท้า ตรวจฟัน ได้รับคำแนะนำจากนักกายภาพและนักโภชนาการ ซึ่งถ้าดูแล้วความดันโลหิตของป้าก็น่าจะลดลง แต่มันก็ไม่ได้เป็นไปตามนั้น ค่าความดันโลหิตยังคงสูงมากกว่า ๑๘๐/๑๐๐ mmHg คำถามในใจข้อที่สองของฉันก็ยังไม่ได้คำตอบ ฉันติดตามเยี่ยมบ้านป้าอย่างต่อเนื่องเพื่อวัดความดันโลหิตในขณะเดียวกันก็ไม่ลืมที่จะสร้างสัมพันธภาพกับป้าในทุกๆครั้งที่ไปเยี่ยม และจากการเยี่ยมบ้านที่บ่อยขึ้น วันหนึ่งหลังจากฉันวัดความดันโลหิตเสร็จแล้ว ฉันขอขอดูยาเพื่อรายงานแพทย์และเภสัชในการจ่ายยาครั้งต่อไป วันนั้นฉันอาสาไปหยิบยาให้ป้าในห้องนอนเพราะสงสารที่ป้าต้องลุกเดิน ห้องนอนของป้ามีเพียงผาผนังไม้เก่าๆที่กั้นไว้พอให้แยกเป็นสัดส่วน มีแคร่ไม้กับเสื่อปูไว้ด้านบนและหมอนเพียงหนึ่งใบ ยาววางอยู่บนแคร่แต่สิ่งที่ทำให้ฉันตกใจมากก็คือ มีใบจาก (ใบยาสูบ) วางกระจายอยู่บนแคร่ เศษใบจากมากมายกระจายตามพื้นห้อง เมื่อออกมาด้านนอก ฉันถามถึงใบจาก (ใบยาสูบ) ป้าวรรณจึงเล่าให้ฟังว่า ป้าวรรณสูบบุหรี่จากเพราะเครียดมาก สามปีเป็นคนติดเหล้า ตั้งแต่อายุด้วยกันมาเงินที่ได้มาจากการทำงานสามีกก็เอาไปกินเหล้าหมด ซ้ำร้ายไปกว่านั้นตั้งแต่ป้าโดนตัดขา สามีกก็กลับไปอยู่บ้านต่างจังหวัด ส่วนลูกสาวคนเดียวของป้าแต่งงานไปเมื่อประมาณ ยี่สิบปีก่อน และย้ายไปอยู่ต่างจังหวัดที่บ้านของสามี สามีเป็นคนติดยาเสพติดและสามีของลูกสาวได้ผูกคอตายซึ่งน่าจะเกิดจากการหลอนของยา ป้ามีหลานสาวหนึ่งคน หลานสาวเมื่อตอนเด็กๆจากที่เคยเป็นเด็กน่ารักพอโตขึ้นกลายเป็นเด็กที่ด้อยทางสติปัญญา ป้าจึงเป็นห่วงลูกสาวกับหลานมาก ตอนนี้ก็ติดต่อกันแค่ทางโทรศัพท์ ซึ่งส่วนใหญ่ป้าก็จะเป็นคนติดต่อไปเอง ขณะเล่าป้าวรรณน้ำตาไหลพราก ฉันจับมือให้กำลังใจ

ผู้หญิงคนหนึ่งเจ็บป่วยทางด้านร่างกายด้วยโรคเรื้อรังที่รุมล้อม กับสภาพจิตใจของเธอก็บอบช้ำไม่น้อยไปกว่ากันเลย คำถามในใจของฉันก็ได้พบกับคำตอบ ซึ่งคำตอบ...ก็คือ...ไม่เพียงแต่สภาพร่างกายของป้าวรรณเท่านั้นที่เราจะต้องดูแล แต่สิ่งที่เราจะต้องเยียวยาไม่น้อยไปกว่ากัน นั่นคือสภาพจิตใจของป้า ฉันได้บอกเล่าเรื่องราวของป้าวรรณกับพี่พยาบาลอีกคนในรพ.สต.เพื่อหาทางช่วยเหลือ ในบทบาทของพยาบาลจิตเวช ฉันกับพี่พยาบาลลงเยี่ยมบ้านอย่างต่อเนื่อง ใช้ทักษะการให้คำปรึกษา โดยเฉพาะทักษะการให้กำลังใจ หลังจากนั้น ป้าวรรณสามารถเลิกสูบบุหรี่ และค่าความดันโลหิตลดลงก็ลดลง เรื่องราวของป้าวรรณมันทำให้ฉันนึกถึงคำสอนของอาจารย์ “การดูแลคนไข้ ให้ดูแลแบบองค์รวม ทั้งกาย จิต สังคม และจิตวิญญาณ และไม่ลืมที่จะดูพวกเค้าด้วยหัวใจความเป็นมนุษย์”