

เรื่องเล่าชาว PC : สิ่งเล็กๆที่ “ปิติสุข”



นางสาวลักษิกา ปัญญา

หอผู้ป่วยสูติจักษุ 3

งานการพยาบาลผู้ป่วยสูติศาสตร์และนรีเวชวิทยา

ฉันเป็นพยาบาลวิชาชีพ ที่มีประสบการณ์ทำงานเกิน 20 ปีใน ICU เมื่อถึงวันหนึ่งที่ฉันรู้สึกเบื่อหน่ายกับความซ้ำซากที่ต้องเผชิญความเจ็บป่วย ความตาย ความทุกข์ใจของครอบครัวผู้ป่วยที่ฉันไม่สามารถยื่นมือเข้าไปช่วยเหลือได้ แล้ววันหนึ่งเมื่อฉันรู้สึกเบื่อหน่ายจนอยากจะลาออกเหมือนฟ้าเป็นใจให้ฉันได้มีโอกาสเข้าร่วมการประชุมการดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองทำให้ฉันรู้สึกสนใจ และฉันได้มีความคิดว่าหากมีหอผู้ป่วยแบบนี้ฉันอาจจะขอย้ายไปประจำการที่นั่น ต่อมาทางโรงพยาบาลก็มีนโยบายเปิดหอผู้ป่วยสูติจักษุ 3 ซึ่งเป็นการดูแลผู้ป่วย palliative Care เมื่อมีประกาศของโรงพยาบาลรับสมัครพยาบาลไปประจำการที่หอผู้ป่วยแห่งใหม่นี้ฉันจึงได้ไปสมัครทันทีและก็ได้รับเลือกเข้าไปประจำการหอผู้ป่วยแห่งใหม่นี้ซึ่งก่อนที่ฉันจะต้องทำงานที่หอผู้ป่วยสูติจักษุ 3 ฉันต้อง เพิ่มสมรรถนะของตัวเองด้วยการเข้าเรียนหลักสูตรการดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองเป็นระยะเวลา 4 เดือนโดยผู้สนับสนุนจากทางฝ่ายการพยาบาลฯและทางโรงพยาบาล

หลังจากที่ฉันเรียนจบฉันได้เข้ามาทำงานในหอผู้ป่วยสูติจักษุ 3 แม้ฉันจะผจญกับความตายในแต่ละวันของผู้ป่วยแต่ฉันก็มีความสุขเนื่องจากฉันได้ดูแลผู้ป่วยและครอบครัวของผู้ป่วยอย่างใกล้ชิด ฉันช่วยบรรเทาความทุกข์ทรมานของผู้ป่วยจนถึงวาระสุดท้ายของชีวิต และสามารถช่วยครอบครัวของผู้ป่วยจากทุกข์มากเป็นทุกข์น้อย อย่างเช่น วันหนึ่งฉันต้องไปช่วยดูแลผู้ป่วยที่บ้าน ทั้งๆที่ไม่ใช่เวลางานแต่ด้วยภรรยาของผู้ป่วยโทรมาขอความช่วยเหลือด้วยน้ำเสียงอันทุกข์ร้อน เมื่อฉันไปถึงบ้านผู้ป่วยฉันพบกับบุตรสาวผู้ป่วยที่มีท่าทางทุกข์ร้อนและอาการผู้ป่วยคือหายใจค่อนข้างลำบากมากและมีเสมหะอุดตันตามท่อทางเดินหายใจเมื่อฉันช่วยดูแลผู้ป่วยให้ผู้ป่วยเสร็จได้ช่วยทำแผลเจาะคอและแผลที่ให้อาหารสายยางทางหน้าท้องให้แก่ผู้ป่วยฉันอยู่รอจนอาการผู้ป่วยดีขึ้นและได้สอนเทคนิคการดูแลให้ภรรยาของผู้ป่วยและลูกๆอีกครั้ง กลับบ้านฉันรับรู้ได้ถึงความสบายใจของภรรยาผู้ป่วยและลูกๆ ฉันแค่เสียสละเวลาแต่สิ่งที่ได้กลับคืนมามันยิ่งใหญ่มาๆมันมีทั้งความปิติ ความสุขที่เงินก็ไม่สามารถซื้อได้ และจากการกระทำในครั้งนี้ทำให้บุตรสาวคนเล็กของผู้ป่วยที่มีทัศนคติไม่ค่อยดีต่อวิชาชีพพยาบาลได้หมดไปซึ่งจะเห็นได้จากการมานอนโรงพยาบาลครั้งสุดท้ายของผู้ป่วย

อีกหนึ่งเหตุการณ์ซึ่งวันนั้นฉันอยู่เวรเข้าต่อป่วย ผู้ป่วยทุกข์ทรมาน ด้วยอาการปวดและอาเจียนตลอดเวลาซึ่ง ต้องให้ยาระงับปวด ทุก 2 ชั่วโมง และลดอาการคลื่นไส้อาเจียนตลอดทุก 4 ชั่วโมง ฉันได้ใช้ทั้งวิธีเบี่ยงเบนความสนใจให้ผู้ป่วยฟังเพลง นับลมหายใจ และแนะนำให้ผู้ป่วยคิดว่าตัวเองได้ยาในขนาดสูงแล้วและอาการกำลังจะลดลงแล้วหายไป ซึ่งวิธีนี้เคยได้ผลในวันก่อนหน้าแต่ครั้งนี้ไม่ได้ผลเนื่องจากมีเพื่อนผู้ป่วยมา

เยี่ยมค่อนข้างมากและมาตลอดเวลาทำให้ผู้ป่วยไม่ได้พัก เหตุการณ์นี้ฉันได้สังเกตเห็นว่ามารดาของผู้ป่วย แสดง
สีหน้าทุกข์ใจและไม่ค่อยยิ้มเหมือนวันก่อนๆ ดังนั้นหลังจากให้ยาเพื่อบรรเทาอาการไม่สบาย
ให้กับผู้ป่วยแล้วฉันจึงได้ชวนมารดาของผู้ป่วยออกมาคุยกันนอกห้องและได้ถามว่ามารดาของผู้ป่วยไม่ยอม
เห็นผู้ป่วยทุกข์ทรมานแบบนี้ถ้าผู้ป่วยจะตายก็อยากให้ผู้ป่วยตายแบบไม่ทรมาน ให้ความลำบากมารดาของผู้ป่วยได้
พูดระบายในสิ่งที่คับข้องใจและสัญญากับมารดาของผู้ป่วยว่าทางทีมเราจะช่วยจัดการอาการรบกวนของผู้ป่วย
ให้ได้มากที่สุดและให้ผู้ป่วยได้สบายที่สุดหลังจากที่คุยกันได้สักพักมารดาของผู้ป่วยก็มีสีหน้าที่ดีขึ้นและย้อน
ถามว่าทำไมฉันถึงมาคุยกับท่าน ฉันจึงตอบมารดาของผู้ป่วยไปว่าทางทีมเราไม่ได้ดูแลแค่เฉพาะผู้ป่วย เราดูแล
ครอบครัวของผู้ป่วยด้วยและฉันได้สังเกตเห็นว่าวันนี้สีหน้าของมารดาของผู้ป่วยไม่สู้ดี คิดว่าน่าจะมีอะไรในใจ
คืออยากพูดคุยและอยากช่วยแก้ไขไม่อยากจะให้ผู้ป่วยกลับบ้านไปอย่างเบียดเบียน ทุกข์ มารดาผู้ป่วยได้พูดขอบคุณและ
ชื่นชมที่ฉันเข้ามาพูดคุยกับท่านจากเหตุการณ์นี้ทำให้ฉันรู้สึกมีความปิติสุขอย่างมากทั้ง ๆ ที่วันนั้นทั้งวันเป็น
วันที่ยุ่งมากๆ แต่ฉันก็ทำงานอย่างมีความสุขมีทั้งร่างกายแข็งแรงใจที่จะทำงานเพื่อดูแลผู้ป่วยของฉันต่อไป

อีกเหตุการณ์หนึ่งผู้ป่วยมีอาการอาเจียนทุกครั้งหลังรับประทานยา ฉันจึงใช้วิธีเบี่ยงเบนความสนใจ
พูดคุยและให้ผู้ป่วยคิดถึงความสุขความภาคภูมิใจที่ผ่านมาแล้วค่อยๆ ป้อนยาผู้ป่วยทำให้ผู้ป่วยไม่อาเจียนหลัง
รับประทานยาและตลอดทั้งวันผู้ป่วยได้พูดขอให้ฉันเป็นคนป้อนยาให้ตลอดและฉันก็ได้แนะนำเทคนิคนี้ให้กับ
ภรรยาของผู้ป่วยเช่นกัน และภรรยาของผู้ป่วยขอบคุณว่าวันนี้เขารู้สึกสบายใจมากๆ ที่ผู้ป่วยรับประทานยาได้
โดยไม่อาเจียน ในแต่ละครั้งที่ฉันขึ้นปฏิบัติงานก็จะมองหาความท้าทายว่าแต่ละอาการทุกข์ทรมานของผู้ป่วย
ฉันจะหาวิธีไหนและทำอย่างไรมาช่วยบรรเทาอาการเหล่านั้นร่วมกับการให้ยา มันเป็นทั้งความท้าทายและความ
ยากในระดับหนึ่ง แต่เมื่อเราทำได้นั้นคือได้ช่วยผู้ป่วยและครอบครัว ซึ่งสิ่งที่ได้รับกลับมาคือทำให้ฉันมีความปิติ
สุขที่ได้ทำงานในหอผู้ป่วยสุจิตม 3 แห่งนี้

เคล็ดลับไม่ลับของการทำงานให้สุดยอด

การทำงานที่ทำให้มีความสุข ก็ต้องเริ่มต้นที่ตัวเอง เมื่อมีความสุข เวลาทำงานก็ทำให้สร้างสรรค์งาน
คุณภาพได้ดี เมื่อผนวกด้วยเจตคติ (Attitude) หรือทัศนคติที่ดีต่องานและผู้เกี่ยวข้อง รวมทั้งทิศทางของ
องค์กร ก็นำไปสู่การมีความสุขในสิ่งที่ทำ หากได้ทำในสิ่งที่รักและถนัด เพราะทำได้ดี ก็ทำอย่างมีความสุข
ทำงานด้วยความอึดอ้อม เรียกว่ามี “ปิติสุข”