



## จุดดาว วัฒนปกรณ์ | การพูดคุยกับผู้ป่วยระยะท้าย เพื่อความ เข้าใจและทำให้รู้สึกสงบ

13.06.62

ที่ข้างเตียงผู้ป่วยระยะท้าย เปรียบเหมือนเวทีกลางที่เปิดให้ญาติสนิทมิตรสหายได้มาเยี่ยมใช้ดูใจกันเป็นครั้งสุดท้าย เพื่อพูดคุยกันและกล่าวคำอวยพรหรืออำลา บ่อยครั้งที่บนเวทีนี้จะปกคลุมด้วยความเจ็บที่นำอึดอัด บรรยากาศ อึมครึม เพราะผู้ป่วยไม่รู้สติเสียเป็นส่วนใหญ่ หรือตื่นล้มตามากก็ไม่สามารถสื่อสารกันรู้เรื่อง บรรดาคนที่มาเยี่ยมก็ พูดจากันโดยขาดความเข้าใจเข้าใจผู้อื่น บางครั้งก็ได้เถียงกับหมอและพยาบาล บ้างก็เอ่ยเรื่องที่ไม่ควรเอ่ย ทั้งๆ ที่ บรรยากาศข้างเตียงน่าจะช่วยเกื้อหนุนใจกันและช่วยทำให้ผู้ป่วยรู้สึกสงบสุข

**จุดดาว วัฒนปกรณ์** นักบำบัดจิตด้วยการเคลื่อนไหว หลายคนคุ้นเคยกับเธอในฐานะของนักแสดงละครเวที เธอมีงานหลักคือผู้ช่วยผู้อำนวยการอาวุโสด้านการสื่อสาร โรงพยาบาลกรุงเทพ คอยดูแลเรื่องการสื่อสารของบุคลากรทางการแพทย์เพื่อจัดการด้านคุณภาพ ความปลอดภัย ลดความเสี่ยงในการรับบริการให้กับผู้ป่วยและญาติๆ เธอ นำประสบการณ์จากงานหลากหลายด้านมาให้คำแนะนำกับเราในเรื่องการพูดคุยกันอย่างเห็นอกเห็นใจที่ข้างเตียงของผู้ป่วยระยะท้าย



## ศูนย์กลางที่เปลี่ยนไป

งานของจุดดาวในปัจจุบันคือการทำให้คุณหมอและพยาบาลเข้าใจความต้องการของคนไข้และญาติมากที่สุด จากเดิมศูนย์กลางในการรักษาพยาบาลคือคุณหมอ คนส่วนใหญ่มาหาหมอแล้วจะขอบบอกว่า ‘ก็แล้วแต่คุณหมอเลย’ จะทำอะไรต่อไปให้หมอตัดสินใจ จะรักษาแบบไหนก็ตามแต่หมอเห็นสมควร เพราะเชื่อว่าหมอสามารถเลือกสิ่งที่ดีที่สุดให้เรา

มาถึงทุกวันนี้ เราถือว่าคนไข้คือศูนย์กลางของการรักษา ทุกฝ่ายจึงต้องมาร่วมกันปรับความคิดของทุกฝ่ายกันใหม่ เพราะในที่สุดแล้วความต้องการของคนไข้คือสิ่งสำคัญที่สุดว่าเขาต้องการอะไรสำหรับชีวิตของเขา รวมถึงความต้องการของญาติด้วย

การปล่อยให้หมอเลือกทางไหนอาจจะไม่ถูกต้องไปเสียทุกครั้ง เพราะเท่ากับหมอได้ฉวยเอาสิทธิ์ในการเลือกจากผู้ป่วย ไม่ใช่การธำรงรักษาสีทึ่และศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ของเขาไว้ สิ่งที่เราผลักดันคือการทำให้ทุกฝ่ายหันมายุติถือนคนไข้เป็นศูนย์กลางและให้ทุกฝ่ายเข้าใจกันและกัน

“การสัมผัสความรู้สึกที่แท้จริงของกันและกัน และช่วยให้ทุกฝ่ายต่างรู้ถึงความคาดหวังของแต่ละฝ่าย ตัวคนไข้และญาติมาที่โรงพยาบาลจริงๆ แล้วเขามีความคาดหวังอะไร เขาแบกภาระอะไรไว้กว่าจะมาถึงที่นี่ ในขณะที่คุณหมอและพยาบาลทำงานของตัวเองไปด้วยความคาดหวังอะไร” ดุจดาวกล่าว



### คุณหมอดคิดอะไร?

“จากประสบการณ์ที่ทำงานร่วมกับหมอและพยาบาลมา ดาวได้รับรู้รับฟังความคิดและความรู้สึกของพวกเขามาก สิ่งที่ยากแบ่งปันคือคุณหมอส่วนใหญ่ยังรู้สึกไม่กล้าที่จะบอกให้สิ้นสุดการรักษา เพราะลึกๆ แล้วหมอเสียใจกับญาติคนไข้ ผูกพันกับผู้ป่วย และที่สำคัญ หมอกังวลว่าญาติและคนไข้จะสูญเสียความยอมรับนับถือในตัวหมอ ญาติจะไม่ไว้เนื้อเชื่อใจในตัวหมออีกต่อไป”

ดุจดาวอธิบายเพิ่มเติมว่าการสิ้นสุดการรักษา สำหรับคุณหมอถือว่าเป็นความล้มเหลว ไม่ประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน เหมือนกับมนุษย์ทุกคนที่ก็อยากจะทำอาชีพของเราแล้วประสบความสำเร็จ หมอเองก็มองคนไข้คนหนึ่งๆ ว่าเป็นความสำเร็จในงานของหมอด้วยเช่นกัน เขาจึงไม่อยากสิ้นสุดการรักษาจนกว่ามันจะสุดทางจริงๆ

ในขณะที่ญาติมักจะถามหาว่า ถ้าปล่อยคนไข้ให้ตายไปจะผิดไหม หมอจึงไม่กล้าตอบในสถานการณ์เช่นนี้ เพราะเขาไม่อยากให้ญาติผิดหวัง ไม่อยากให้คนไข้สิ้นหวัง และเขาเองก็ยังดำเนินการรักษาต่อไป

เมื่อคนไข้และญาติได้เข้าใจมุมมองของคุณหมอก็จะช่วยให้คุณช่วยในการพูดคุยและการตัดสินใจร่วมกันได้ดีขึ้น เราสามารถบอกได้ว่านี่ไม่ใช่ความล้มเหลวของคุณหมอ นี่ไม่ได้ทำให้เราหมดความเคารพนับถือและไว้วางใจต่อคุณหมอ เราทุกฝ่ายก็จะยังมีทางเลือกที่เหมาะสมที่สุดจริงๆ



### ญาติและผู้ป่วยคิดอะไร?

สถานการณ์หน้าเตียงผู้ป่วยระยะท้ายจะเต็มไปด้วยอวัจนภาษาและการสื่อสารที่แปลกไปจากเดิม

เราต้องการการสื่อสารที่เปิดใจต่อกันอย่างแท้จริง ในสถานการณ์ที่พูดอะไรก็ยากไปหมด แม้กระทั่งการบริหารความเจ็บที่ข้างเตียง ไม่พูดอะไรกันเลยจะได้ไหม อึดอัดกันหรือเปล่า

“หลายปีก่อนตอนที่คุณตาของดาวป่วยหนักกำลังเข้าใกล้ระยะท้าย ครอบครัวของเราพาคุณตาเข้าออกห้องไอซียูหลายรอบมาก แม่ก็บอกคุณตาว่า เตี้ยวก็ได้กลับบ้านแล้ว ไม่ต้องห่วง ตอนนั้นดาวก็บอกกับแม่ว่าการพูดแบบนี้

ไม่ได้ช่วยให้คุณตาตื่นจากจุดที่เขาอยู่ ถ้าเราไม่พูดแบบนี้ เราพูดอย่างอื่นกับเขาจะดีกว่าไหม ” ดุจดาวเล่าเรื่องราวส่วนตัว เธอบอกว่าคุณตามีลูกสาวหกคน เป็นมนุษย์ช่างจัดแจงเหมือนกันทุกคน เดี่ยวคนนี้เอาเทปธรรมะไปเปิด เดี่ยวคนนี้เข้ามาเยี่ยม เดี่ยวคนนี้ก็มาคุยเรื่องคนนั้นเรื่องคนนี้

เธอบอกแม่ว่า คนที่กำลังเผชิญวาระสุดท้ายของชีวิตน่าจะอยากได้ยินได้ฟังอะไรอย่างอื่น เธอจึงคอยปรามคุณตา คุณน้าที่เวียนเข้าไปหา แล้วบอกว่าเดี่ยวจะได้กลับบ้านแล้วไม่ต้องห่วง เดี่ยวจะทำของอร่อยๆ ให้กินอีก

เมื่อถึงช่วงเวลาที่น้ำอืดอัดเช่นนั้น เราทุกคนมักจะไม่ว่าต้องพูดอะไร ใจความที่สำคัญในการสื่อสารกับผู้ป่วยที่นอนบนเตียง การพยายามสื่อสารกับญาติที่น่าจะเข้าใจเขาได้ดีที่สุด กลับมองไม่เห็นสัญญาณอะไรบางอย่าง ความต้องการเล็กๆ บางอย่างทำให้การนอนป่วยอยู่นั้นน่าอ่อนล้ามากขึ้นไปอีก

“สิ่งที่แข็งแรงมากๆ คือการหายใจร่วมกันและการที่ไม่ต้องพูดอะไร เราเชื่อมต่อด้วยลมหายใจก็เป็นการสื่อสารได้มาก มีการสัมผัส การหายใจไปพร้อมกัน อยู่ร่วมกันอย่างไร ” เธอบอก

สุดท้ายแม่ก็เข้าไปคุยกับคุณตา แม่กล่าวชื่นชมคุณตาว่าทั้งชีวิตของเขาที่ผ่านมาประสบความสำเร็จอะไรมาบ้าง มีคุณค่าและมีความหมายกับลูกๆ อย่างไรบ้าง แม่บอกตาเรื่องดีๆ ในชีวิตของเขา แล้วก็บอกว่าภารกิจในชีวิตของคุณตาสำเร็จเสร็จสิ้นสมบูรณ์แล้ว ลูกหลานทุกคนจดจำความดีของคุณตาได้แน่นอน

...แล้วในคืนนั้นคุณตาก็จากไป

ดุจดาวเล่าให้ฟังว่า ตอนนั้นเธอเองยังไม่รู้หลักการสื่อสาร แค่ลองจินตนาการดูว่าอะไรคือสิ่งสูงสุดในชีวิตของเราทุกคน

“อย่างคุณตาเป็นครู ท่านชอบสั่งชอบสอน ชอบพูดบ่อยๆ ว่าอยากฝากอะไรทิ้งไว้กับคนรุ่นหลัง เราก็ควรจะพูดบอกสิ่งสูงสุดในชีวิตของเขาว่าภารกิจเขาสำเร็จแล้ว และเราทุกคนจะระลึกถึงเขา ”

ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นและการสื่อสารด้วยความเข้าใจอย่างลึกซึ้งจึงเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับทุกคนทุกฝ่าย เมื่อต้องมาอยู่ร่วมกันรอบๆ เตียงผู้ป่วยระยะท้าย เพื่อให้สามารถสื่อสารกันได้อย่างลึกซึ้งและทำให้ผู้ป่วยบรรลุถึงจุดหมายสุดท้ายของชีวิต

#adayBULLETIN #WheretheConversationsBegin #ชีวามิตร #สสส #THELASTLIFELESSON

ที่มา : <https://adaybulletin.com/talk-conversation-the-last-life-lesson-05-dujdao-vadhanapakorn/>