

การนำเสนอผลงาน

ฟ้าเปลี่ยนสี ที่ตรงนี้เลย หมอ.....(ลุงอิด กล่าวไว้)

ส่งประกวดประเภท	เรื่องเล่า ระดับโรงพยาบาล
ผู้นำเสนอ	น.ส.อาชียังวาทิ สาลแถม นักกายภาพบำบัดปฏิบัติการ
สถานที่ปฏิบัติงาน	โรงพยาบาลตากใบ อำเภอตากใบ จังหวัดนราธิวาส
เบอร์โทรศัพท์	089-6546338

ประเภท เรื่องเล่า

ชื่อเรื่อง ฟ้าเปลี่ยนสี ที่ตรงนี้เลย หมอ.....(ลุงอิด กล่าวไว้)

ผู้นำเสนอ น.ส.อาชีชัยวาทิ สาแลแม นักกายภาพบำบัดปฏิบัติการ

ช่วงนี้เป็นช่วงที่คนไข้เยอะมากกกเป็นพิเศษ เจ้าหน้าที่ทุกคนวิ่งวุ่นกันทุกวันตั้งแต่เปิดโม่งครึ่งทุกวัน รวมทั้งฉันก็ยังคงวิ่งไปมาจนบางวันไม่รู้ตัวว่าเสื้อที่ใส่อยู่นั้นเปียกจนสามารถบิดน้ำออกได้เลย ฉันรู้สึกเหนื่อยมาก แต่เมื่อมองไปยังทุกคนก็เห็นว่าทุกคนก็เหนื่อยเหมือนกัน แต่ไม่ว่าจะเหนื่อยแค่ไหนสิ่งที่ไม่เคยหายไปจากใบหน้าทุกคนก็คือรอยยิ้มและเสียงหัวเราะ มันเป็นความรู้สึกเหนื่อยก็จริงแต่เวลาเห็นคนไข้มานั่งค่อยๆ ทำกายภาพบำบัด ความรู้สึกเหนื่อยก็หายไป เพราะคนไข้ที่มาใช้บริการทุกคนนั้น ต้องการที่จะให้หายจากอาการเจ็บปวดที่เกิดจากโรคนั้นๆ นั่นคงเป็นสาเหตุว่าทำไมฉันยังคงทำงานได้อย่างมีความสุขจนกระทั่งตอนนี้.....

แต่แล้วประมาณ 5 นาทีผ่านมา ก็มีเจ้าหน้าที่เวรเปลคนหนึ่งเงินเปลนอนเข้ามา บนเปลนอนมีคนไข้คนหนึ่ง เป็นผู้ป่วยชาย อายุราวๆประมาณ 50 ปีต้นๆ นอนอยู่บนเปล ลักษณะเหมือนว่าแขนขาสองข้างอ่อนแรง ไม่สามารถขยับตัวได้เลย ได้แต่นอนอยู่บนเปลนอน พร้อมกับญาติอีกหลายคน ญาติคนหนึ่งยื่นประวัติคนไข้ให้ด้วยสีหน้าที่ไม่ดีนัก อาจจะเป็นเพราะว่ากังวลใจกับอาการผู้ป่วยอยู่บ้าง ฉันรับประวัติจากญาติ ได้อ่านประวัติ จึงสรุปได้ว่า ผู้ป่วยได้รับอุบัติเหตุตกจากรถโซลีย์ ทำให้แขนขาสองข้างไม่มีแรง ขยับตัวไม่ได้ ขยับได้เพียงศีรษะเท่านั้น ฉันจึงมองไปหาผู้ป่วย แล้วส่งรอยยิ้มให้ แต่ขณะนั้น สิ่งที่ตอบกลับมาก็คือ หน้าตาเหม่อเฉย ไม่มีรอยยิ้มให้แม้แต่นิดเดียว ฉันจึงเลยไปหาญาติและถามญาติว่า ผู้ป่วยได้รับการรักษาจากที่ไหนมาบ้างแล้วล่ะ.....????????

ญาติคนหนึ่งตอบว่า : ก็ได้รับการรักษาจากโรงพยาบาลหาดใหญ่ ด้วยการผ่าตัดมาล่ะ...

ฉันได้ถามต่อไปว่า...แล้วหลังจากผ่าตัดแล้ว ก่อนกลับบ้านได้สอนการทำกายภาพบำบัดหรือป่าวล่ะ...????????

ญาติคนหนึ่งตอบว่า : ตอนที่อยู่โรงพยาบาลได้ฝึกทำกายภาพบำบัดมาแล้วล่ะ คือ การออกกำลังกายแขนขาสองข้าง และการฝึกยืนด้วยเครื่องช่วยยืน แต่ยืนได้เล็กน้อย เพราะคนไข้เวียนหัว ตาลาย หมอเคยบอกว่าอาการของคนไข้จะหายได้ต้องทำกายภาพบำบัดเท่านั้นล่ะ ทางเราจึงมาติดต่อ เพราะสะดวกมาทำกายภาพบำบัดที่นี่ล่ะ...

ฉันได้ถามต่อไปว่า...แล้วตอนนี้ผู้ป่วยสามารถทำอะไรได้บ้างล่ะ...????????????

ญาติคนหนึ่งตอบว่า : ผู้ป่วยไม่สามารถทำอะไรได้เลย ทุกอย่างต้องช่วยหมดล่ะ....

ฉันจึงตอบกลับไปว่า : โอเคค่ะ!!!!!!...หลังจากนั้นแล้วฉันจึงเดินเข้าไปหาผู้ป่วย สวัสดีค่ะคุณลุง...คุณลุงเป็นยังไงบ้างล่ะ...มีปวดอะไรตรงไหนไหม....????????????

คุณลุง (ผู้ป่วย) : มีปวดตึงบริเวณต้นคอ เวียนศีรษะ และแขนขาสองข้างยกไม่ได้หมออ้อ

ฉันจึงตอบกลับไปว่า : ค่ะ..คุณลุง ตอนนี้คุณลุงทำอะไรได้บ้าง พลิกตะแคงตัวได้ไหม....?????????

คุณลุง(ผู้ป่วย) : ยังไม่ได้ห rokok หมอ... ขยับอะไรไม่ได้เลย ได้แต่หายใจไปวันๆ ขนาดกินข้าวยังต้องกินในท่านอนเลย

ฉันจึงตอบกลับไปว่า : ค่ะ...ไม่เป็นไรนะลุงเนอะ...เดี๋ยวเราจะค่อยๆฝึกทำกายภาพบำบัดเรื่อยๆ เดี่ยวจะดีขึ้นเองเนอะ แต่คุณลุงต้องสัญญากับหมอนะ...คุณลุงต้องร่วมมือกันด้วย ในการฝึกทำกายภาพบำบัดนะ....สัญญา...ฉันจึงเอานิ้วก้อยเกี่ยวกับนิ้วก้อยคุณลุง...แล้วส่งยิ้มให้หน่อยๆ

คุณลุง (ผู้ป่วย) : แล้ววันนี้ต้องฝึกทำอะไรหรือป่าวหมอนะ...ลุงยังไม่พร้อมเลยนะ

ฉันจึงตอบกลับไปว่า : แล้วคุณลุงจะพร้อมเมื่อไรละคะ.. วันนี้มาแล้วเรามาฝึกกายภาพบำบัดนิดนึงเนอะ..กลับบ้านไปจะได้ไปจะได้ทำกายภาพบำบัดด้วย

คุณลุง (ผู้ป่วย) : หมอนะ...แล้วลุงจะเดินได้ไหม.... ??????

////นี่เป็นคำถามที่ผู้ป่วยหลายๆคนถามมาก่อนทำกายภาพบำบัดทุกครั้ง ซึ่งคิดว่าผู้ป่วยทุกรายเป้าหมายสูงสุดในการรักษานั้นคือ การให้หายปวด หายเจ็บ และสามารถทำกิจวัตรประจำวันได้ เช่น สามารถกินข้าวได้ นั่งได้ เดินได้ เป็นต้น

ณ ตอนนั้น...ฉันก็ได้แต่ตอบกับคุณลุงว่า....คุณลุงอย่าใจร้อน หมอจะค่อยๆฝึกคุณลุงเนอะ จะเดินได้หรือไม่ได้นั้น คุณลุงต้องช่วยกันและร่วมมือกันฝึกกายภาพบำบัด นะคะ....อย่างแรกนั้น หมอจะสอนการออกกำลังกายแบบเบื้องต้น เพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนตามมา เช่น ภาวะข้อติดแข็ง หรือถ้านอนนานๆไม่ได้ขยับเลยปัญหาต่อไปคือ เรื่องแผลกดทับ นะคะ

เดี๋ยววันนี้หมอจะสอนเกี่ยวกับการออกกำลังกายแบบแขนขาสองข้าง ซึ่งในส่วนที่คุณลุง สามารถขยับเองได้นั้น ให้คุณลุงขยับเลยนะ แต่ในส่วนที่ยังขยับไม่ได้...หมอจะให้ญาติมาช่วย นะคะ....ตกลงไหม

หลังจากได้ทำความเข้าใจกับผู้ป่วยแล้ว ฉันจึงเรียกญาติมาดูวิธีการออกกำลังกาย ร่วมกับให้ญาติช่วยทำไป

พร้อมๆกัน โดยการเริ่มจากการออกกำลังกายเบาๆ คือ การยกแขนขึ้นที่ละข้าง สลับกันไปจนครบทุกส่วนของ

ร่างกาย พร้อมพูดคุยกัน ถามอาการผู้ป่วยเรื่อยๆ...มีหลายๆคำถามออกมาจากญาติบ้างจากผู้ป่วยบ้างตามประสา

และสรุปวันนั้น ฉันได้สอนการออกกำลังกายเบื้องต้นไปก่อน แล้วนัดผู้ป่วยมาใหม่ ซึ่งญาติสะดวกพามาทำ

กายภาพบำบัดเฉพาะนอกเวลาราชการ เนื่องจากไม่สะดวกเกี่ยวกับรถรับส่ง ฉันจึงได้นัดมาทำกายภาพบำบัดตามที่ญาติสะดวก

สามวันต่อมา ผู้ป่วยมาตามนัด โดยมีญาติมาด้วยประมาณ 3-4 คนรวมถึงคนขับรถที่ขอช่วยมาส่ง ซึ่งคนที่ขับรถมาส่งนั้น เป็นเพื่อนบ้าน รถมาจอดหน้าแผนกกายภาพบำบัดตรงประตูทางเข้า ทุกคนลงจากรถ เปิดประตูแผนกและตะโกนมาว่า..... สวัสดีค่ะ..พาคันไข้มาแล้ว เข้าทางไหนค่ะ....

ฉันจึงเดินไปดู...ทันใดนั้น..ญาติ 3 คน ได้ทำการแบกหามผู้ป่วยเข้ามาในห้องและวางผู้ป่วยไว้บนเตียง ซึ่ง
ตอนนั้น ฉันจึงพูดออกมาว่า...ต่อไปที่ๆต้องปวดหลังแน่เลยล่ะ...หามาแบบนี้จริงๆมันมีวิธีที่ดีกว่าการแบกหาม
มาแบบนี้ละ...ญาติหัวเราะเบาๆ...5555

สวีสวีค่ะ...คุณลุง วันนี้เป็นยังไงบ้างล่ะ กลับไปทำกายภาพบำบัดที่สอนไปหรือป่าวล่ะ...ยังจำทำออกกำลัง
กายหรือป่าว...???

คุณลุง (ผู้ป่วย) : หัวเราะ...555 ทำอยู่ ให้ลูกทำให้ ทำเองยังไม่ได้เลยหมอออ.....

ฉันจึงตอบกลับไปว่า : จร้า...ไม่เป็นไรนะ เดียววันนี้จะมาทวนการออกกำลังกายที่สอนไป ว่ากลับไปนั้นทำถูกหรือ
ป่าว???

และจะสอนการพลิกตะแคงตัวด้วยนะวันนี้....คุณลุงพร้อมไหมล่ะ....????????????

คุณลุง (ผู้ป่วย) : ได้ๆ หมอออ...เอาเลย ยังไงก็ได้ จะให้เดินให้ได้นี่....

ฉันได้ทวนการออกกำลังกายให้ผู้ป่วยและญาติอีกครั้ง พร้อมกับได้สอนการพลิกตะแคงตัวบนเตียง การ
ฝึกวิธีการจับนั่งโดยให้ญาติช่วย แต่ตอนนั้นจะต้องมีคนช่วยประคองอย่างมาก และผู้ป่วยสามารถนั่งได้ประมาณ 5
นาที ผู้ป่วยก็ไม่ไหว มีอาการเวียนหัว เมื่อจะอาเจียน ฉันได้ทำการฝึกทำกายภาพบำบัดแบบนี้ประมาณ 1 เดือน
ผู้ป่วยสามารถนั่งทรงตัวได้ แต่ยังคงมีคนช่วยประคองนั่ง สามารถนั่งได้นานประมาณ 20 นาที เป็นความดีใจของ
ญาติและผู้ป่วยเป็นอย่างมาก

ผ่านไปประมาณ 1 เดือนกว่า ฉันได้ลองฝึกการทรงตัวในท่ายืน โดยการ ใช้ไม้เท้า 4 ขาช่วย ร่วมกับการ
กระตุ้นกล้ามเนื้อขาสองข้าง เพื่อชะลอการฝ่อลีบของกล้ามเนื้อนั้น ครั้งแรกผู้ป่วยยืนแล้ว ไม่สามารถทรงตัวได้
เนื่องจากเข้าสองข้างอ่อนแรงและทรุดลง ต้องให้ญาติช่วยประคองจับเข้าสองข้างเป็นอย่างมาก

เมื่อเวลาผ่านไปฝึกได้ประมาณ 2 อาทิตย์ ผู้ป่วยสามารถยืน ทรงตัวได้ แต่ญาติยังต้องช่วยประคองบ้าง ยืน
นานประมาณ 10 นาที เป็นความดีใจและตื่นตันใจมากกับผู้ป่วยและญาติ จนทุกวันนี้ผู้ป่วยก็ยังมาทำกายภาพบำบัด
ตามนัดทุกครั้ง การพัฒนาขึ้นเรื่อยๆ ทำให้กำลังใจในการฝึกการทำกายภาพบำบัดมากขึ้นเรื่อยๆ จากเมื่อก่อนทุก
ครั้งที่มาทั้งญาติและผู้ป่วย สีหน้าเป็นกังวล แต่เดี๋ยวนี้ญาติและผู้ป่วยหน้าตาสดชื่น มีความศีกักตลอดเวลาที่มาฝึก
กายภาพบำบัด จนวันนี้ผู้ป่วยสามารถนั่งได้เอง สามารถยืนด้วยไม้เท้า 4 ขาได้นานขึ้นกว่าเดิม สามารถยืนได้เป็น 30
นาที ซึ่งอาการของผู้ป่วยดีขึ้นเรื่อยๆ ทั้งหมดนี้ก็เป็นความร่วมมือกันของผู้ป่วย รวมถึงญาติที่คอยให้กำลังใจผู้ป่วย
ทำให้ผู้ป่วยมีกำลังใจที่จะต่อสู้กับโรคที่เป็นอยู่ ซึ่งครอบครัวเป็นสิ่งสำคัญมาก ที่ทำให้ผู้ป่วยพร้อมที่จะสู้ไปด้วยกัน
ไม่ว่าจะนานแค่ไหน แต่ถ้าทุกคนพร้อมที่จะให้กำลังใจ ผู้ป่วยก็จะดีขึ้นเรื่อยๆ

สิ่งที่สำคัญที่สุดสำหรับผู้ป่วยรายนี้ ก็คือ กำลังใจจากญาติ คนรอบข้าง ที่คอยให้กำลังใจในยามที่ทุกข์และ
ในยามที่เจ็บปวด ทุกครั้งที่คุณลุงท้อ ทุกครั้งที่คุณลุงร้องไห้กับความเจ็บปวดในรอยโรคที่เป็นอยู่นั้น คนรอบข้างจะ

คอยให้กำลังใจอยู่ข้างๆ ซึ่งมันเป็นความรู้สึกที่ดีมากๆสำหรับผู้ป่วยที่อยู่บนเตียง ที่ไม่สามารถทำอะไรได้เลย นอกจากการหายใจเข้าออกเท่านั้น ไม่สามารถขยับตัวแม้แต่นิดเดียว แต่มีกำลังใจที่ดี มันทำให้ทุกอุปสรรคที่เกิดขึ้นสามารถผ่านไปด้วยดี ไม่มีกำลังใจไหนยิ่งใหญ่ เท่ากับกำลังใจของญาติและครอบครัว.....

บางครั้งเราก็อยากให้เวลาผ่านไปเร็ว ๆ

เพื่อจะได้รู้ว่าที่เราพยายามเพื่ออนาคตนั้น

มันคุ้มค่าหรือไม่

Sometimes you wish you could just fast forward the time

Just to see if in the end

It's all worth it.