

พีชระกรพจน์ ศรีประสาร
หน่วยบริการพยาบาลผู้ป่วยที่บ้าน งานการพยาบาลป้องกันโรค
และส่งเสริมสุขภาพ ฝ่ายการพยาบาล
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

เยือนถิ่นชากระ “ญี่ปุ่น”

ประเทศในฝันของใครหลายคน
คนที่ครั้งหนึ่งในชีวิตอยากมีโอกาส
ได้ไปสัมผัส ไม่ใช่เพียงแค่วัฒนธรรมชาติ
ที่สวยงามเท่านั้น ญี่ปุ่นยังคง
กลั่นอายุของการผสมผสานศิลป
วัฒนธรรมที่เก่าและใหม่ได้อย่าง
ลงตัว

เทคโนโลยีที่ทันสมัยของโลก
หลายอย่างถูกค้นพบและพัฒนาที่นี่

ในวงการสาธารณสุขก็เช่น
เดียวกัน ประเทศญี่ปุ่นยังคงความเป็น
ผู้นำด้านความทันสมัยของเครื่องมือ
เทคโนโลยีทางการแพทย์และการแพทย์
ที่ล้ำหน้าของภูมิภาคเอเชียด้วย

พวกเราผู้นำเยาวชนจาก
ประเทศไทย 15 ชีวิตได้มีโอกาสเข้า
ร่วมในโครงการฝึกอบรมผู้นำเยาวชน
(Training Programme For Young
Leaders) สาขาบริหารและจัดการ
สาธารณสุขชุมชน (Community-
Based Health Operation and
Management Course) โดยความ
ร่วมมือระหว่างรัฐบาลญี่ปุ่นและรัฐบาล
ไทย ซึ่งรัฐบาลญี่ปุ่นภายใต้องค์กร
Japan International Cooperation
Agency (JICA) และประเทศไทยภายใต้
สำนักงานส่งเสริมสวัสดิภาพและ
พิทักษ์เด็ก เยาวชน ผู้ด้อยโอกาส และ
ผู้สูงอายุ (สท.) กระทรวงพัฒนาสังคม
และความมั่นคงของมนุษย์ ระหว่างวันที่
17 ตุลาคม – 8 พฤศจิกายน 2556
ด้วยความร่วมมือของทั้ง 2 ประเทศ



>> ยิ้มแย้ม กับภาพบรรยากาศการเข้าค่ายและพิธีมอบเกียรติบัตรหลังเสร็จสิ้นการอบรม

และทุนสนับสนุนจากรัฐบาลญี่ปุ่น ทำให้
พวกเราได้เข้าร่วมโครงการเพื่อเก็บเกี่ยว
ประสบการณ์ด้านสาธารณสุขชุมชน
ที่ประเทศญี่ปุ่น และจะได้นำเอาองค์
ความรู้กลับมาพัฒนาประเทศไทยต่อไป
นับเป็นการอบรมดูงานที่ตื่นเต้นมาก
ทีเดียว เนื่องจากเป็นการเดินทางไป
ประเทศญี่ปุ่นเป็นครั้งแรก

เมื่อเดินทางถึงประเทศญี่ปุ่นพวก
เราได้รับการต้อนรับอันอบอุ่นตั้งแต่
ที่สนามบิน มีเจ้าหน้าที่จากสำนักงาน
JICA KANSAI มาชี้แจงขั้นตอนต่างๆ ใน
เบื้องต้น ก่อนการเดินทางเข้าที่พัก เมื่อ
เดินทางถึงสำนักงาน มีเจ้าหน้าที่คอย
อำนวยความสะดวกให้เป็นอย่างดี หลัง
จากนั้น พวกเราจึงได้รับทราบโปรแกรม
การเตรียมความพร้อมก่อนเข้ารับการ
ฝึกอบรม เจ้าหน้าที่อธิบายการเข้าห้อง
พัก ตารางฝึกอบรมเตรียมความพร้อม

ชี้แจงการใช้บัตรประกันสุขภาพ และค่า
ใช้จ่ายต่างๆ ที่จะได้รับจากโครงการ ใช้
เวลาในเตรียมความพร้อมด้านต่างๆ ทั้ง
ภาษา วัฒนธรรม การเมืองการปกครอง
รวมระยะเวลา 3 วันก่อนจะเดินทางสู่
จังหวัดโทคุชิม่า เมื่อการฝึกอบรมเตรียม
ความพร้อมเสร็จสิ้นลง พวกเราก็รู้ทันที
ที่ว่า..การอบรมที่เข้มข้นใกล้จะเริ่มต้น
ขึ้นแล้ว!!..



>> เจียบสงบ กับภาพการศึกษาดูงานที่



โทคุชิม่าเป็นจังหวัดที่อยู่ทางฝั่งตะวันออกของเกาะชิโกะกุ ซึ่งเป็นเกาะหนึ่งในสี่เกาะใหญ่ของประเทศญี่ปุ่น เกาะชิโกะกุตั้งอยู่ทางตอนใต้ของประเทศ การเดินทางมาที่นี่แม้จะเจอกับพายุไต้ฝุ่นใน 2-3 วันแรก ก็ไม่ได้เป็นอุปสรรคสำหรับการตั้งใจที่จะเรียนรู้และเก็บเกี่ยวเอาประสบการณ์อันมีค่าในต่างแดนเลย แวดตาของทุกคนยังคงแจ่มใส ไม่ได้รู้สึกเหน็ดเหนื่อยกับการเดินทางแม้แต่น้อย

ในช่วงการดูงานวันแรกๆ พวกเราจะได้รับการปูพื้นความรู้โดยการฟังบรรยายในบริเวณศาลาว่าการประจำจังหวัด มีการถามตอบและแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเป็นระยะ ทำให้พวกเราได้เข้าใจระบบการบริหารงานด้านสุขภาพ นโยบายสุขภาพ รวมถึงการให้บริการสุขภาพของประเทศญี่ปุ่นและจังหวัดโทคุชิม่ามากยิ่งขึ้น ในขณะที่หัวข้อการบรรยายที่เข้มข้น ก็มีหัวข้อทางด้านวัฒนธรรมและการท่องเที่ยวสอดแทรกเข้ามาด้วย นับเป็นการจัดโปรแกรมที่ลงตัวทีเดียว ต้องขอกล่าวคำว่า

“อะริกะโตะ โคะโซอิมัส”
ทางกับผู้จัดการและโค้ชมาๆ
เพื่อแสดงความขอบคุณ
สัก 3 รอบ



เดบะคลินิกและบรรยากาศบนเกาะ



>> ตื่นเต้นรัวใจกับการแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมด้วยการชมแสดงรำ AWAODORI

นอกจากนี้ พวกเรายังมีโอกาสได้เข้าคารวะผู้นำของจังหวัด ซึ่งทางจังหวัดได้ให้ความสำคัญกับพวกเราเป็นอย่างมาก มีการประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อรูปแบบต่างๆ ทั้งโทรทัศน์ วิทยุ และหนังสือพิมพ์ ทำให้พวกเราเป็นที่รู้จักของทางจังหวัด ในครั้งนี้ พวกเราทุกคนได้รับการแต่งตั้งจากผู้ว่าราชการจังหวัดให้เป็นทูตความสัมพันธ์ระหว่างโทคุชิม่าและประเทศไทยด้วย

การแบ่งการปกครองในประเทศญี่ปุ่นมีความแตกต่างจากประเทศไทย จึงทำให้บริบทของการบริหารงานด้านสาธารณสุขมีความแตกต่างกันออกไป ด้วย การแบ่งการปกครองที่เป็นภาคส่วนชัดเจนและเป็นอิสระต่อกัน ทำให้ประเทศญี่ปุ่นมีความคล่องตัวสูงในการดำเนินงาน แต่ละจังหวัดสามารถออกนโยบายด้านสุขภาพได้ด้วยตนเอง โดยอิงนโยบายจากกระทรวงสาธารณสุข ซึ่งเป็นหน่วยงานกลางของรัฐ การดำเนินงานด้วยวิธีดังกล่าวทำให้การบริหารภายในท้องถิ่นที่มีประสิทธิภาพ ได้รับการแก้ปัญหาที่รวดเร็ว ตรงตามความต้องการของประชาชนในแต่ละพื้นที่มากที่สุด ในขณะที่ประชาชนก็สามารถเข้าถึงบริการสุขภาพได้อย่างทั่วถึงและเสมอภาคกัน (ทุกคนมีความเสมอภาคและเท่าเทียมกันในการบริการ นี่เป็นปรัชญาของจังหวัดนี้เลยนะ)

เมื่อได้รับการปูพื้นความรู้เกี่ยวกับระบบบริหารจัดการสาธารณสุขเบื้องต้นแล้ว พวกเราก็ได้มีโอกาสไปฝึกอบรมดูงานในสถานที่ต่างๆ ทั้งที่เกี่ยวข้องกับสาธารณสุขชุมชนและวัฒนธรรม

อันดีของทางจังหวัดด้วย เช่น การศึกษาวัฒนธรรมผ่านการดู “รำอะวาโอดริ” ซึ่งเป็นประเพณีที่จัดขึ้นเพื่อต้อนรับและส่งบรรพบุรุษที่เสียชีวิตไปแล้ว การฝึกซ้อมผ้าด้วยคราม การดูงานในสถานพยาบาลต่างๆ ทั้งในตัวเมืองและในชนบทห่างไกล

ที่คามิคัสซีโจว โฮแคร์ เซ็นเตอร์ เป็นสถานพยาบาลที่ให้บริการกับประชาชนในพื้นที่ห่างไกล ในบริเวณใกล้ๆ มีศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ ซึ่งพวกเราได้เข้าไปศึกษาดูงานด้วย ที่โรงพยาบาลประจำจังหวัดโทคุชิม่านั้นเป็นโรงพยาบาลระดับมหาวิทยาลัย มีการใช้เทคโนโลยีการศึกษาที่ทันสมัยทำให้การศึกษาด้านการแพทย์เป็นเรื่องที่น่าสนใจมากทีเดียว



>> ตั้งใจ กับการย้อมผ้าอะโซเมะ หรือ การย้อมผ้าด้วยคราม



>> ตื่นตา กับเทคโนโลยีการสอนที่ทันสมัยที่ TOKUSHIMA UNIVERSITY



>> **พร้อมเพรียง** หลังเสร็จสิ้นการบรรยายในหัวข้อ Community Health in JAPAN

นอกจากนี้ ยังได้เดินทางไป ที่โรงเรียนอาชีวะการแพทย์และ สวัสดิการโทคุชิม่า ซึ่งเป็นสถาบันการศึกษาที่จัดหลักสูตรการสอนทางด้าน กายภาพบำบัดและกิจกรรมบำบัด มี กิจกรรมการสอนที่หลากหลาย ทั้งสอง หลักสูตรมุ่งเน้นผลิตบุคลากรที่มีคุณภาพ ให้กับประเทศ การศึกษาดูงานทางรถไฟ ที่โรงพยาบาลโคฟู โรงพยาบาลขนาด 110 เตียง ภายใต้สังกัดของจังหวัด โทคุชิม่า เป็นสถานพยาบาลที่รองรับทั้ง การบริการและการศึกษา

ในวันเดียวกันยังได้เดินทางโดย เรือเพื่อไปดู "เดอะบะคลินิก" ซึ่งเป็น สถานพยาบาลขนาดเล็กภายใต้การ สังกัดของโรงพยาบาลโคฟู แม้จะเป็น พื้นที่ห่างไกลมีประชากรในพื้นที่เพียง 70 คน แต่ทางจังหวัดก็ให้ความสำคัญกับ ประชาชนทุกคน มีการจัดบริการตรวจ รักษาโดยมีแพทย์ไปประจำสัปดาห์ละ 3 วัน

ที่ศูนย์อนามัยของจังหวัดซึ่งเป็น สถานที่ให้ความรู้ โดยเฉพาะอนามัยแม่ และเด็ก การฉีดวัคซีนต่างๆ และยังมี โครงการรณรงค์การด้วยการเดิน การ รับประทานผักที่หลากสีสันมีปริมาณ รวมมากกว่า 350 กรัมทุกวัน ในอนามัย ยังมีสระว่ายน้ำและพิตเนสเพื่ออำนวยความสะดวกให้ประชาชนมีสุขภาพที่ดี

นั่นเอง ที่ซากุระคลินิกเราได้เห็นภาพ ของการดูแลผู้ป่วยที่หลากหลาย ผู้สูง อายุที่เจ็บป่วยที่ต้องนอนรักษาตัวในโรง พยาบาล การดูแลผู้สูงอายุที่ไม่เจ็บป่วย โดยการอยู่ประจำ และแบบมาเช้าเย็น กลับด้วย ที่คลินิกได้มีการนำพลังงาน สะอาดมาใช้ ทั้งจากแสงอาทิตย์ จาก เปลือกไม้ จากขี้เลื่อย ที่นำมาผลิตกระแส ไฟฟ้า ผลิตน้ำร้อนและผลิตความร้อน ในตัวอาคาร นอกจากนี้พวกเขายังได้รับ ประทานผักปลอดสารพิษที่ทางคลินิก ปลูกเองด้วยละ

พวกเรามีโอกาสได้ศึกษารูปแบบ การใช้สัตว์บำบัด Horse therapy ในการฝึกการทรงตัว ฝึกการใช้กล้ามเนื้อ ฝึกพัฒนาการด้านความคิดและ จิตใจด้วย เนื่องจากม้าเป็นสัตว์ที่ไวต่อ สัมผัสและความรู้สึก ซึ่งก็สร้างความ เพลิดเพลินให้กับพวกเรา และเป็นภาพ ความทรงจำที่ประทับใจมากที่สุดอีก โปรแกรมหนึ่ง

พวกเราฝึกอบรมดูงานโดยมี ล่ามที่เป็นคนไทย 1 คน คนญี่ปุ่น 1 คน และทีมงานจากสมาคมแลกเปลี่ยน ความสัมพันธ์เยาวชนนานาชาติจังหวัด โทคุชิม่า Tokushima International Youth Exchange Association (TI-YEA) ซึ่งเป็นผู้ประสานงานและจัด โปรแกรมในการดูงานครั้งนี้ทั้งหมดที่ได้ กล่าวมา สมาชิก TIYEA คอยดูแลพวก

เราทั้ง 15 ชีวิตตลอดระยะเวลาที่เข้าร่วม โครงการ พวกเราได้รับการต้อนรับและ ดูแลอย่างอบอุ่นจากทางคณะจนกลายเป็นความสัมพันธ์อันดี

“น้ำตาที่ไหลรินในวันนี้ไม่ใช่ น้ำตาแห่งความอาลัย หากแต่เป็นน้ำตาแห่ง ความรัก และความผูกพันที่เกิดขึ้น ระหว่างเรา” (ยามาตะ เคน) ประธาน TIYEA กล่าวในพิธีปิดการอบรมได้อย่าง ซาบซึ้ง ทำเอาพวกเราทุกคนกลั้นน้ำตา เอาไว้ไม่อยู่เลยทีเดียว พวกเราได้กลายเป็นเพื่อน เป็นพี่น้องที่ยังคงติดต่อกัน จนถึงทุกวันนี้ แม้ช่วงเวลาที่เข้าร่วมการ ฝึกอบรมจะเป็นช่วงเวลาแสนสั้น แต่ พวกเราทั้งสองประเทศต่างก็ได้มุมมอง และองค์ความรู้มาแลกเปลี่ยนกัน และ นำความรู้กลับมาพัฒนาประเทศไทย ของเรา การเดินทางครั้งนี้ นับเป็น ประสบการณ์ชีวิตที่แสนประทับใจ และ ตราตรึงในใจของพวกเราทุกคน ขอ ขอบขอบคุณภาคส่วนที่มองเห็นศักยภาพ ในตัวของพวกเรา เปิดโอกาสให้พวกเรา ได้เดินทางไกลในครั้งนี้

เมื่อมองย้อนกลับมาที่ ประเทศไทยของเราแล้ว ก็อดคิดไม่ได้ว่า

**“เมื่อไหร่ประเทศขอ
เราจะก้าวข้ามปัญหา
อุปสรรคต่างๆ ไปได้
เมื่อไหร่เราจะเป็ประเทศ
ที่พัฒนา มีเทคโนโลยี
การแพทย์ที่ทันสมัย
มีระบบบริการสาธารณสุข
ที่มีคุณภาพและ
ประสิทธิภาพมากกว่าที่
เป็นอยู่ เพื่อช่วยเหลือ
ประชาชนที่เจ็บป่วย”**

คำถามซึ่งกลายเป็นสิ่งที่ทำทนาย พวกเราด้วยกันเองอย่างมาก และ แน่นนอนคำตอบจะต้องถูกเฉลยในสักวัน!!