

‘คิด-วิเคราะห์’

จากความชอบสู่ความถนัดในงานวิจัยของ ศ.นพ.วิชัย เอกพลากร

หลายครั้งที่ผมได้สัมภาษณ์ได้ร่วมแบ่งปันประสบการณ์ในการทำงานวิจัยของเหล่านักวิจัยมืออาชีพของคณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ผมเชื่อมั่นเหลือเกินว่า นักวิจัยที่นี้เก่งทุกคนจริงๆ ครับ ไม่ได้เียนยอสรรเสริญแต่อย่างใด ด้วยความที่องค์กรแห่งนี้มีการวางรากฐานที่ดีในการทำงานไม่ว่าจะเป็นงานด้านการบริการผู้ป่วย งานด้านการศึกษา รวมทั้งงานทางด้านวิจัย ผมจึงค่อนข้างมั่นใจว่านักวิจัยที่นี้เป็นหนึ่ง ไม่เป็นสองรองใครอยู่เหมือนกัน

เช่นเดียวกันกับนักวิจัยท่านนี้ **ศ.นพ.วิชัย เอกพลากร หัวหน้าภาควิชาเวชศาสตร์ชุมชน คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล** อีกหนึ่งคนเก่งของที่นี่ ที่ผมได้รับเกียรติให้ร่วมถ่ายทอดประสบการณ์และข้อมูลดีดีที่จะเป็นประโยชน์แก่ผู้อ่านเป็นอย่างมาก

ศ.นพ.วิชัย เริ่มต้นจากการเป็นนักศึกษาแพทย์ที่คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล รุ่นที่ 87 (เท่ากับ รามา รุ่นที่ 12) เมื่อเรียนจบได้ไปทำงานใช้ทุนอยู่ที่โรงพยาบาลวังน้ำเย็น จ.ปราจีนบุรี จนกระทั่งเป็นผู้อำนวยการโรงพยาบาล เป็นแพทย์รักษาผู้ป่วยและทำงานบริหารโรงพยาบาล รวมเป็นระยะเวลา 6 ปี ด้วยความที่ใฝ่รู้ และมีความชอบในการคิดวิเคราะห์ จึงเรียนต่อด้านระบาดวิทยาที่ กองระบาดวิทยา กระทรวงสาธารณสุข และเรียนต่อปริญญาโทที่ National University of Singapore หลังการทำงานที่กระทรวงสาธารณสุข 12 ปี ได้ย้ายมาเป็นอาจารย์ที่รามาธิบดี ต่อมาได้เรียนจบปริญญาเอกด้านระบาดวิทยาที่ School of Public health, University of North Carolina การเรียนรู้และฝึกฝนในสิ่งที่ตนเองชอบ จนเกิดทักษะ ความชำนาญ บวกกับความพยายามในการศึกษาเฉพาะด้าน ทำให้ ศ.นพ.วิชัย มีผลงานวิจัยมากมายที่น่าสนใจในระดับประเทศ

ทำไมจึงสนใจงานวิจัย

งานวิจัยมีหลายประเภท และมีรูปแบบขั้นตอนในการทำวิจัยที่หลากหลาย สำหรับงานวิจัยที่ผมทำนั้นเป็นงานวิจัยทางระบาดวิทยา ศึกษาวิจัยในระดับประชากรถึงเรื่องขนาด ปัญหาทางสุขภาพ พฤติกรรม ปัจจัยเสี่ยงที่เกี่ยวข้อง มีการเก็บข้อมูลประชากรในรูปแบบการสัมภาษณ์ การตรวจ และใช้ความรู้ความสามารถทางการวิเคราะห์ทางสถิติ จึงค่อนข้างเหมาะกับตัวผมเอง

งานวิจัยทางระบาดวิทยาที่ทำอยู่สมัยอยู่กระทรวงสาธารณสุข เกี่ยวข้องกับการวิจัยสอบสวนการระบาดของโรค การวิเคราะห์ระบบการเฝ้าระวังทางสุขภาพ ซึ่งก็ตรงกับความชอบของเรา ได้ทำในสิ่งที่ชอบคือการวิเคราะห์ข้อมูล ซึ่งถือเป็นความถนัดส่วนตัว เริ่มแรก ผมสนใจทางด้านอาชีวอนามัยและสิ่งแวดล้อม เพราะมีแพทย์สนใจในเรื่องนี้ไม่มาก ยังไม่ค่อยมีคนทำ

ย้อนกลับไปสมัยที่ทำอยู่กระทรวงสาธารณสุข ขณะนั้นมีแบบรายงานการเฝ้าระวังโรค (รายงาน 506) ทั้งโรคติดต่อ โรคตับอักเสบ วัณโรค โรคที่ป้องกันด้วยวัคซีน และก็โรคที่เกิดจากการประกอบอาชีพ แต่ก็ใช้ว่ามีแบบการเฝ้าระวังแล้ว ก็ไม่ต้องทำอะไรแล้ว นั่นยิ่งทำให้ต้องพัฒนากันไป ผมกับผู้ร่วมงานจึงตั้งระบบการเฝ้าระวังโรคที่เกิดจากการประกอบอาชีพ (รายงาน 506/2) แยกออกมา งานอื่นที่ได้ทำ เช่นงานวิจัยเกี่ยวกับโรคโหลตาย ซึ่งสมัยนั้นยังไม่ทราบว่าสาเหตุเกิดจากอะไร ก็หาปัจจัยเสี่ยงที่เกี่ยวข้องกับ



โรคไหลตาย พอดีในช่วงนั้นมีคนไทยไปทำงานที่สิงคโปร์กันมาก แล้วมีแรงงานไทยที่เป็นโรคไหลตายกันเยอะ เมื่อทำการวิเคราะห์แล้วก็พบว่า คลื่นไฟฟ้ากระตุ้นหัวใจทำงานผิดปกติ ผมได้เคยลงพื้นที่ศึกษาผลกระทบทางสุขภาพจากโรงไฟฟ้าถ่านหินแม่เมาะ เมื่อสิบกว่าปีก่อน เหตุการณ์ในขณะนั้นคือมลพิษอากาศ มีฝุ่นละออง และซัลเฟอร์ไดออกไซด์กระจายไปทั่ว ผมและกระทรวงสาธารณสุข และทีมงานวิจัยที่จุฬาในขณะนั้นได้ร่วมกันศึกษาผลกระทบทางสุขภาพ เป็นข้อมูลทางวิชาการแรกๆ ด้านผลกระทบทางสุขภาพจากมลพิษอากาศ เรื่องแรกๆ และงานนี้ได้ตีพิมพ์ในวารสารนานาชาติในภายหลัง ผมมีทักษะด้านการศึกษาวิจัยภาคสนามและวิเคราะห์ข้อมูล รวมทั้งเขียนข้อมูลเป็นเอกสารออกมา แต่แรกยังไม่ค่อยให้ความสำคัญกับการเขียนตีพิมพ์งานวิจัย แต่พอมาอยู่ในมหาวิทยาลัยก็ต้องเน้นการตีพิมพ์ ซึ่งเป็นเรื่องที่ดี เหมือนกับเราทำงานวิจัยมาแล้วไม่ได้ตีพิมพ์ ก็เท่ากับไม่ได้ทำอะไรมาเลย

พอเข้ามาทำงานที่คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี ในภาควิชาเวชศาสตร์ชุมชน ผมได้ทำเรื่องอาชีวอนามัยและสิ่งแวดล้อมอยู่บ้างในช่วงแรก แต่ก็ติดปัญหาเรื่องทรัพยากรหลายอย่าง เพราะเป็นงานที่ต้องพึ่งต่างสาขาค่อนข้างมาก ต้องใช้อุปกรณ์ ใช้เทคโนโลยีด้านสิ่งแวดล้อมเข้ามาช่วย ซึ่งมีข้อจำกัดอยู่มาก หลังจากนั้นผมก็ไปเรียนต่อ 3 ปี พอกลับมา อาจารย์ไพบูลย์ (ศ.นพ.ไพบูลย์ สุริยะวงศ์ไพศาล) ได้ทำการศึกษารื่องปัจจัยเสี่ยงโรคหัวใจและหลอดเลือด โครงการ InterAsia ซึ่งอาจารย์ได้ทำไว้ เป็นอย่างดี มีข้อมูลที่ดีมาก และก็เข้ามาทางผมเลย ผมจึงมีโอกาสวิเคราะห์เรื่องระบาดวิทยาเบาหวานของคนไทย และได้ตีพิมพ์ในวารสารที่มี impact factor สูง ซึ่งยังไม่ค่อยมีคนไทยตีพิมพ์เรื่องเบาหวานในระดับประเทศมากนัก

คิดว่าอะไรเป็นจุดแข็งที่สุดของอาจารย์ในการทำงานวิจัย

จุดแข็งของผมคือ ถ้ามีข้อมูลมาให้ ผมตั้งโจทย์วิจัยได้ ผมก็สามารถที่จะทำเป็นผลงานวิจัยได้ แต่ก็ไม่ได้หมายความว่า จำเป็นที่อาจารย์จะต้องรู้เรื่องการวิเคราะห์ข้อมูลทุกคน เพราะแต่ละคนมีความรู้ ความถนัดเฉพาะเรื่องของตนเอง แล้ว เช่น รู้เรื่องเบาหวาน หัวใจ ก็สามารถไปรวมกันทำงานกับนักสถิติ นักระบาดวิทยา ก็สามารถทำงานวิจัยออกมาได้เหมือนกัน

เทคนิคในการคิดวิเคราะห์

ต้องใช้เวลาในการศึกษาอ่านเรื่องราวต่างๆ เช่น ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับเรื่องนั้น ซึ่งนักวิจัยต้องพยายามคิดโจทย์ที่แตกต่างให้ได้ นอกจากนี้ยังต้องโฟกัสประเด็น เจาะลึกในเรื่องที่มี

ความสำคัญ โดยมากแล้วนักวิจัยที่ประสบความสำเร็จส่วนใหญ่ จะไม่ค่อยทำงานวิจัยหลายเรื่องหลายประเด็นพร้อมกัน อาจมีบ้างที่สามารถทำได้

ผลงานสำรวจข้อมูลสุขภาพของประชากรไทย

เริ่มต้นจากการที่ผมได้เข้าไปศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับโรคเรื้อรังระดับประเทศ ข้อมูลการสำรวจข้อมูลสุขภาพของประชากรไทยก็พบว่ายังขาดคนที่เป็นตัวหลักในการทำ จึงมีความสนใจ ช่วงที่ได้เข้าไปทำ ถือเป็น การสำรวจครั้งที่ 4 ของประเทศ และโชคดีที่ได้เป็นหัวหน้าทีมการทำวิจัยสำรวจในครั้งที่ 4 นี้

ผมได้นำข้อมูลจากการสำรวจในครั้งก่อน (ครั้งที่ 3) มาเขียนตีพิมพ์เผยแพร่ ซึ่งที่ผ่านมายังมีน้อย ทำให้การที่จะนำความรู้ไปใช้ต่อยอดได้น้อย สำหรับประเด็นเนื้อหาที่สำรวจได้แก่ พฤติกรรมทางสุขภาพ การกิน การออกกำลังกาย กินผักผลไม้ ปัจจัยการสูบบุหรี่ ดื่มเหล้า การกินยา และภาวะสุขภาพโรคเรื้อรัง ซึ่งโรคเรื้อรังยังไม่มีระบบการเฝ้าระวัง ไม่เหมือนกับโรคติดต่อที่มีระบบเฝ้าระวังอยู่แล้ว เมื่อมีข้อมูลการสำรวจก็พบว่ามีคนเป็นความดันเลือดสูง หรือ เบาหวานเกินครึ่ง ที่ไม่ทราบว่าตนเองเป็นความดันฯ หรือ เบาหวานแล้ว จากผลการสำรวจนี้ต่อมากระทรวงสาธารณสุขจึงได้ทำการรณรงค์เรื่องการตรวจคัดกรอง ความดันเลือดสูง และเบาหวาน มีการฝึกอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) ให้ตรวจความดันเป็น เจาะเลือดปลายนิ้วได้ และทำการคัดกรองกลุ่มเสี่ยงมากขึ้น จนกระทั่งเห็นความคืบหน้าในการคัดกรอง ก็จะยิ่งพบคนที่เป็นหรือคนที่มีความเสี่ยงต่อเบาหวานมากขึ้น รวมทั้งรู้ว่ามีคนที่เป็นแล้วไม่รู้ตัวว่าเป็น เพราะไม่เคยไปตรวจเบาหวานเลยก็มี จากจุดนี้เองก็ทำให้เกิดการรณรงค์ที่มากขึ้นให้ตรวจน้ำตาล มีการดูแลตัวเองมากขึ้น ทำให้เกิดกระแสการป้องกันเบาหวานมากขึ้น การลดความอ้วน คนที่รู้ตัวว่าเป็นก็ได้รับการรักษาเร็วขึ้น มีโรคแทรกซ้อนน้อยลง สำหรับการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยในขณะนี้ อยู่ในระหว่างการสำรวจครั้งที่ 5 แล้ว

แรงบันดาลใจในการทำงานวิจัย

มีแพทย์รุ่นพี่และอาจารย์อาวุโส หลายคน ที่ผมนับถือ เป็นแบบอย่าง เช่น นพ. คำณวน อึ้งชูศักดิ์ แพทย์รุ่นพี่ ที่งานที่สำนักระบาดวิทยา ศ.นพ. วีระศักดิ์ จงสู่วิวัฒน์วงศ์ ศิษย์เก่า แพทย์รามาธิบดี รุ่นที่ 4 ศ.นพ.รัชตะ รัชชนะนาวิณ ศ.นพ.เทพ หิมะทองคำ ศ.นพ.เปรม บุรี และ รศ.นพ.สุรเกียรติ์ อาชานานุภาพ เป็นต้น นอกจากนี้ แรงบันดาลใจอีกส่วนหนึ่งก็คือ ความชอบของผมเอง และการเห็นความผลลัพธ์ของงาน มีคนนำไปใช้ต่อ ทำให้เราเกิดความตั้งใจที่อยากจะทำต่อ



🎯 บทบาทนักวิจัยกับนักบริหารต่อกันหรือไม่

ไม่แตกต่างกัน บทบาทด้านบริหารขณะนี้ บริหารงานภาควิชา คือการสนับสนุนให้มีการพัฒนางานด้านการศึกษาวิจัย และบริการวิชาการ มีเรื่องต้องวางแผน และตัดสินใจเรื่องบุคลากรเป็นเรื่องสำคัญ การสร้างทีมอาจารย์ แบ่งหน้าที่ การดูแล ช่วยเหลือกันของอาจารย์ ความก้าวหน้าของอาจารย์ ผมโชคดีที่มีอาจารย์ เก่งและดีในภาควิชา ช่วยกันมองงานของภาควิชาว่าจะเป็นอย่างไรมาก่อน มองไปข้างหน้า และให้โอกาสอาจารย์แต่ละท่านเข้ามามีส่วนคิดร่วมกัน และสนับสนุนให้อาจารย์ทำในงานที่ตนเองถนัด ส่วนผมเองเวลาที่เหลือก็คือการบริหารงานวิจัยของตนเอง

🎯 งานวิจัยที่สถาบันการแพทย์จักรีนฤเบดินทร์

งานวิจัยสถาบันการแพทย์จักรีนฤเบดินทร์ได้ลงมือทำกันแล้ว ลงพื้นที่จริงแล้ว โดยประเด็นหลักคือการสร้างความผูกพันกับชุมชน เชื่อมกับพันธกิจทั้งในด้านการศึกษา การบริการวิชาการ และการวิจัย โดยหลักของการมีส่วนร่วมของชุมชน อาจารย์ในภาควิชาและประสานกับอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญจากภาควิชาอื่นๆ เข้าพื้นที่ ทำโครงการร่วมกับคนในพื้นที่ เราเข้าไปสร้างกลไกในการทำงานร่วมกันของภาคส่วนที่อยู่ในระบบสุขภาพ และภาคส่วนที่อยู่นอกระบบสุขภาพ ตามแนวทางการบริหารระบบสุขภาพในพื้นที่ (District Health System) คือภาคส่วนต่างๆทำงานร่วมกัน โดยมีเป้าหมายร่วมกันคือสุขภาพที่ดีขึ้นของประชาชนในพื้นที่

สำหรับในด้านวิจัยจากงานนี้คือ มุ่งมั่นให้เกิดเป็นผลงานที่สามารถเป็นต้นแบบ และมีผลงานตีพิมพ์เผยแพร่ได้ ต่อยอดได้ ขณะนี้ระยะแรก เราทำการสำรวจสุขภาพของคนในชุมชน และแจ้งกลับเพื่อให้เข้าสู่การเข้ารับบริการในระบบสุขภาพ ขณะนี้เราโรคเบาหวาน ความดัน และอ้วนเป็นจำนวนมากจากจำนวนประชากรที่สำรวจได้ 2,000 ราย และกำลังวางแผนงานร่วมกับพื้นที่อยู่

🎯 ฟากอะไรถึงนักวิจัยรุ่นใหม่

ข้อแรก ทำในสิ่งที่เราชอบและถนัด

ข้อที่สอง ทักษะไม่ใช่แค่พรสวรรค์ แต่ต้องเป็นพรแสวงด้วย ถ้าเราไม่ขวนขวาย ไม่ทำ เราก็จะไม่มีทักษะ

ข้อสาม ทำงานเป็นทีม

ข้อที่สี่ ความมุ่งมั่นทำให้สำเร็จ เกิดผลที่รูปธรรม

ข้อสุดท้าย ความอดทน ไม่ท้อถอย เป็นเรื่องสำคัญ

🎯 พบปัญหาอะไรในการทำงานวิจัยบ้าง

เรื่องทุนเป็นเรื่องสำคัญ การสำรวจก็ต้องใช้ทุนจำนวนมาก และต้องได้รับการสนับสนุนอย่างต่อเนื่อง เพราะที่ผ่านมาต้องขอทุนเป็นครั้งๆ ไป ทำให้ความต่อเนื่องไม่ค่อยราบรื่นเท่าใดนัก และก็มีหยุดชะงักไป ระหว่างเขียนโครงการเพื่อขอทุน

ปัญหาเรื่องเวลา มีคนบอกว่าเวลาทำวิจัยแล้วไม่มีเวลานั้น ตอนแรกผมเคยไม่เห็นด้วยนะ แต่ตอนหลังมาก็เห็นด้วยจริงว่า คนเรามีเวลาน้อยจริง แม้ว่าเราจะจัดลำดับงานแล้ว แต่งานก็ยิ่งมากเกินไป ฉะนั้น เราต้องเลือกงาน ตามลำดับความสำคัญมาก ปานกลาง น้อย และ ตามความเร่งด่วน มาก และน้อย หลักนี้สามารถประยุกต์กับ ชีวิตประจำวันได้ อย่างเราจะดูหนัง เราก็เลือกเรื่องที่จะดู เลือกจะไปพักผ่อนเราก็จะเลือกวิธีเลือกสถานที่ที่จะไป งานด่วนกว่าก็ทำก่อน

การใช้ประโยชน์จากงานวิจัยเป็นเรื่องที่นักวิจัยต้องให้ความสำคัญ มิฉะนั้นก็เป็นปัญหาเช่นกัน งานวิจัยเมื่อทำสำเร็จแล้ว ก็ต้องมีการนำไปใช้ ในระดับต่างๆ ตัวอย่าง ผลการสำรวจข้อมูลสุขภาพประชาชนไทยด้านบุหรืกับสุขภาพ ซึ่งเราตั้งเจตน์เกี่ยวกับคนที่เป็นโรคเรื้อรัง ยังสูบบุหรืมีอยู่เท่าใด ท่านอาจารย์ ประกิต (ศ.นพ. ประกิต วาทีสาธกกิจ) ก็ได้นำข้อมูลไปใช้อ้างอิงในการรณรงค์ นี่ก็เป็นหนึ่งวิธีการคิดวิเคราะห์ว่า เราจะต้องนำข้อมูลที่ได้ไปให้คนที่นำไปใช้ต่อยอดได้ด้วย ก็จะทำให้ประโยชน์ได้มาก