



สำหรับงานพัฒนาคุณภาพงาน
เลขที่ผลงาน...../.....
วันลงทะเบียน.....

แบบเสนอผลงานกิจกรรมพัฒนาคุณภาพงาน ประเภทเรื่องเล่าเร้าพลัง

(แบบฟอร์ม F-WI-RA-QS-201/04)

ส่วนที่ 1

ชื่อ-สกุล นางสาววรรณนิภา แวงวรรณ รหัสบุคคล 008555

เบอร์โทรภายใน 02-2004521 เบอร์โทรมือถือ 083-0318146 Email Address : ae_79@hotmail.com

หน่วยงาน หอผู้ป่วยพิเศษ 86

ภาควิชา / ฝ่าย(ต้นสังกัด). งานการพยาบาลผู้ป่วยใน ฝ่ายการพยาบาลศูนย์การแพทย์สมเด็จพระเทพรัตน์.

* ชื่อ-สกุล นางสาววรรณนิภา แวงวรรณ รหัสบุคคล 008555 (ผู้ที่ได้รับเงินโดยโอนผ่านบัญชี)

โปรดเขียน (✓) ในช่อง ☒ อนุญาตให้เผยแพร่ผลงานทางWebsite ☐ ไม่อนุญาตให้เผยแพร่ผลงานทางWebsite

***หมายเหตุ:**

1.กรณีที่ผลงานผ่านเกณฑ์และได้รับเงินรางวัล คณะฯ จะโอนเงินรางวัลเข้าบัญชีเงินเดือนผ่านทางรหัสบุคคลที่ท่านได้ระบุไว้

โดยขอให้ระบุตัวแทนการรับเงินเพียง 1 ท่าน

2.ผลงานทุกประเภทที่ส่งประกวดเป็นลิขสิทธิ์ของคณะฯ ห้ามมิให้ผู้ใดนำไปเผยแพร่โดยไม่ได้รับอนุญาต

(กรุณารอกข้อมูลให้ครบถ้วนทุกช่องและทบทวนความถูกต้อง เพื่อผลประโยชน์ของท่าน)

ชื่อเรื่อง กำลังใจ

นิยามของคำว่า “ผู้ป่วย” หมายถึง “ผู้ที่เข้ารับการบริการสุขภาพรูปแบบใดๆ จากแพทย์ พยาบาล หรือบุคลากรสาธารณสุขอื่นๆ ซึ่งส่วนใหญ่จะมีอาการป่วยจากโรคหรืออาการบาดเจ็บ และจำเป็นต้องได้รับการรักษา” เมื่อผู้ป่วยต้องเผชิญกับโรคหรือความเจ็บป่วย ไม่ว่าจะเป็นโรคที่รักษาหายได้ หรือโรคที่รักษายากหรือรักษาไม่หายขาด กำลังใจเป็นสิ่งสำคัญที่สุดสำหรับผู้ป่วยทุกคน ดังนั้นการให้กำลังใจผู้ป่วยจึงเสมือนการหล่อเลี้ยงจิตใจ เป็นแรงผลักดันที่ยิ่งใหญ่ให้คนไข้ต่อสู้กับความทุกข์ทรมานที่กำลังคุกคามทั้งร่างกายและจิตใจ

พยาบาลเป็นวิชาชีพหนึ่งที่มีส่วนสำคัญในการให้กำลังใจผู้ป่วย โดยยึดหลักการพยาบาลแบบองค์รวมครอบคลุมทั้ง 4 ด้านคือ ด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ ซึ่งการให้กำลังใจผู้ป่วยเป็นการดูแลด้านจิตใจ คือ การมีสุขภาพจิตที่ดี มีความสุข ปราศจากความเครียด เพื่อให้สามารถปรับตัวต่อสุขภาพของร่างกายได้ดี กำลังใจนั้นสามารถเกิดขึ้นได้หลากหลายรูปแบบ ไม่ว่าจะเป็นคำพูดที่เป็นเชิงบวก, สีหน้าแววตาที่สื่อถึงความเห็นอกเห็นใจ ความเข้าใจซึ่งกันและกัน, การโอบกอดหรือการกอดมือสัมผัส เพราะการกอดหรือการกอดมือผู้ป่วยยังเป็นการแสดงความรัก ความใส่ใจ เป็นการถ่ายทอดความรู้สึกที่ทำให้ผู้ป่วยได้รับรู้ว่า ไม่ว่าจะเป็นเกิดอะไรขึ้นก็ยังมีคนอยู่ข้างๆ คอยเข้าใจและรับฟัง เป็นการเติมพลังให้ผู้ป่วยรู้สึกดี หรือการใช้วิธีการปล่อยให้ผู้ผู้ป่วยได้ระบายความในใจออกมาให้หมด รับฟังผู้ป่วยอย่างตั้งใจ จนผู้ป่วยนั้นรู้สึกสบายใจและสงบลง เพราะในผู้ป่วยบางคนนั้นเขาเพียงแค่ต้องการคนที่รับฟังและคนที่เข้าใจก็เพียงพอ เรายังสามารถใช้การพูดให้กำลังใจต่างๆ เช่น “เดี๋ยวก็หายนะคะ มีคนหายจากโรคนี้นะคะ” “หายเร็วๆ นะคะ มีคนที่รักคนไข้รออยู่ที่บ้าน” “อย่าเครียดนะคะ เดี่ยวก็ได้กลับบ้านแล้ว” การทำกิจกรรมอื่นๆ ให้ผู้ป่วยได้ทำ เพื่อให้ผู้ป่วยรู้สึกผ่อนคลาย เช่น การอ่านหนังสือ, ดูทีวี หรือแม้แต่การชวนคุยเรื่องทั่วๆ ไปที่ผู้ป่วยชอบหรือมีความสนใจ อาจเป็นเรื่องที่ผู้ป่วยรู้สึกภูมิใจอยากที่จะเล่าให้ฟัง ในฐานะพยาบาล นี่คือนิสัยที่ข้าพเจ้าสามารถทำให้ผู้ป่วยได้ทั้งหมดนี้ล้วนเป็นการเติมพลังให้แก่ผู้ป่วย

ข้าพเจ้าปฏิบัติงานอยู่ที่หอผู้ป่วยพิเศษ 86 ซึ่งส่วนใหญ่เป็นผู้ป่วยอายุรกรรมโดยมีทั้งผู้ป่วยโรคหัวใจ โรคไต และผู้ป่วยโรคมะเร็ง มีทั้งผู้ที่รักษาหายได้กลับบ้านและผู้ป่วยที่รักษาแบบประคับประคอง เพื่อให้มีวาระสุดท้ายของชีวิตที่มีความสุขและสงบที่สุด ไม่ว่าจะเป็นผู้ป่วยแบบไหน ทุกๆ คนก็ต้องการกำลังใจซึ่งกันและกันเป็นสิ่งสำคัญของชีวิต ข้าพเจ้าตระหนักอยู่เสมอว่า รอยยิ้ม คำพูดที่ไพเราะ การพยาบาลที่นุ่มนวล ความเข้าใจ การรู้ว่าผู้ป่วยต้องการสิ่งใด การให้เกียรติและเคารพผู้ป่วย สิ่งเหล่านี้ทำให้ผู้ป่วยรู้สึกมีคุณค่าในตัวเอง เป็นการเพิ่มพลังบวกให้ผู้ป่วยได้ใช้ชีวิตที่มีอยู่อย่างมีความสุขที่สุด นอกเหนือจากกำลังใจจากครอบครัว เคยมีผู้ป่วยพูดกับข้าพเจ้าว่า “ฉันทายให้พ่อแม่ไปทีเถอะ ไม่อยากอยู่แล้ว” ข้าพเจ้าได้ฟังครั้งแรกก็รู้สึกตกใจ จึงถามคนไข้นั้นกลับไปว่า “ทำไมคุณป้าถึงอยากตาย ไม่อยากกลับบ้านหรือคะ” คุณป้าตอบกลับมาว่า “ป้าปวดทรมานมาก” ข้าพเจ้าจึงได้แต่ยิ้มและจับมือคุณป้าและบอกกับคนไข้ว่า “คุณป้าปวดตรงไหน เดี๋ยวหนูเอายาแก้ปวดมาฉีดให้ จะได้หายปวด” คุณป้าก็ตอบว่า “ปวดทั้งตัวเลย ปวดมาที ป้าแทบนอนไม่ไหว” ข้าพเจ้าจึงตอบคุณป้าไปว่า “คุณป้าปวดก็บอก ไม่ต้องทน เดี๋ยวหนูรีบไปเอายาแก้ปวดมาฉีดให้ค่ะ” “ถ้าคุณหมอปรับยาแก้ปวดให้คุณป้าแล้วอาการดีขึ้น คุณป้าก็จะได้กลับบ้านนะคะ” คุณป้าตอบว่า “ขอบใจนะจ๊ะ” ถึงแม้นั้นข้าพเจ้าทำได้เพียงอยู่ข้างๆ ท่านและส่งกำลังใจผ่านการสัมผัสและคำพูดเพียงบางประโยค เพื่อให้ผู้ป่วยไม่รู้สึกโดดเดี่ยว แต่ข้าพเจ้าก็เชื่อว่าผู้ป่วยน่าจะรับรู้ได้เช่นกัน

สุดท้ายนี้การให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ไม่ว่าจะเป็นผู้ป่วยเองหรือคนที่ต้องดูแลผู้ป่วย แม้ในวันที่รู้สึกแย่ที่สุด ผู้ป่วยจะสามารถรู้สึกและสัมผัสได้อย่างแน่นอนว่ายังมีคนที่เป็นกำลังใจและอยู่ข้างๆ พวกเขาเสมอ และดิฉันในฐานะพยาบาลหรือบุคลากรในสายวิชาชีพทุกระดับ หากทุกคนตระหนัก เข้าใจ ใส่ใจถึงความรู้สึกและความต้องการของผู้ป่วย อย่างแท้จริง ย่อมเป็นการเพิ่มพลังกายพลังใจให้ผู้ป่วยได้เป็นอย่างดี **ดิฉันพยาบาลตัวเล็กๆ คนหนึ่ง ขอเป็นกำลังใจให้ผู้ป่วย ญาติผู้ป่วยและบุคลากรในทีมสุขภาพค่ะ**

ลงชื่อ(เจ้าของผลงาน) นางสาววรรณิภา แวงวรรณ
ลงชื่อ(หัวหน้า ภาค/ฝ่าย/งาน/หน่วย) นางสาวจิตราภรณ์ ชุนทอง
สังกัด หอผู้ป่วยพิเศษ 86 งานการพยาบาลผู้ป่วยใน
ฝ่ายการพยาบาล ศูนย์การแพทย์สมเด็จพระเทพรัตน์
วัน / เดือน / ปี 25 เมษายน 2565