



งานมหกรรมคุณภาพ (Quality Conference) ครั้งที่ 30
 คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี
 มหาวิทยาลัยมหิดล
 ระหว่างวันที่ 17-18 สิงหาคม 2566

30 ปี สู่เส้นทางรามาคุณภาพ ด้วย Flexperience

56ปี สู่เส้นทางชีวิตและการทำงานด้วย ความยืดหยุ่น+ประสบการณ์?

โสภภาพรณ พวงบุญมี

การพยาบาลผู้ป่วยใน 2 /ฝ่ายการพยาบาลโรงพยาบาลรามาธิบดี

จากคำที่สะดุดใจจึงดึงดูด Flexperience ทำให้ข้าพเจ้าอยากเล่าและถ่ายทอดประสบการณ์เส้นทางชีวิตและการทำงานผ่านคำว่า ความยืดหยุ่น+ประสบการณ์ เพื่อเป็นกำลังใจให้กับหลายท่านที่มีเรื่องราวใกล้เคียงกัน ให้ก้าวผ่านเหตุการณ์ที่ยากลำบาก ได้อย่างง่ายดายและลดความเครียดลงได้ไม่มากนักน้อย

ก่อนอื่นข้าพเจ้าขอเล่าถึงเส้นทางชีวิตก่อน ข้าพเจ้ามีพี่น้องรวมกัน 3 คน ข้าพเจ้าเป็นลูกสาวคนโต มีลูกชาย 1 คน มีน้องชาย 2 คน น้องคนที่สองมีครอบครัวแต่ไม่มีลูก น้องชายคนที่สาม มีลูกเยอะสุด 3 คน และเล็กกับภรรยา สามปีก่อนน้องชายคนที่สาม ตรวจพบว่าเป็นโรคมะเร็งปอด และเสียชีวิตหลังตรวจ พบโรคมะเร็ง 6 เดือนก่อนเสียชีวิตน้องชายติดเตียงและ ข้าพเจ้าต้องเป็นคนดูแลหลัก ในช่วงนั้นกว่าจะฝ่าฟันในแต่วันมาได้ เหนื่อยและเครียดน้ำหนักร่วงไปเยอะมาก แต่ก็ดูแลน้องอย่างสุดความสามารถ ปัจจุบันตั้งแต่ ม.ค.66 พ่อเริ่มล้างไต อาทิตย์ละสองวัน ข้าพเจ้าก็เป็นผู้ดูแลหลักเช่นเดียวกัน

ขอเล่าประสบการณ์การดูแลน้องชายคนที่สามก่อน เมื่อสามปีก่อนในช่วงแรกที่น้องชายทราบว่าปอดเป็นมะเร็งปอด ซึ่งน้องอาศัยอยู่บ้านเดียวกับข้าพเจ้า น้องยังไปพบแพทย์ได้เองแต่มีข้าพเจ้าและหลาน (ลูกสาวคนโตของน้องชาย) ไปเป็นเพื่อนบางครั้ง หลังจากรักษาด้วยเคมีบำบัดและรังสีรักษาประมาณสามเดือน น้องเริ่มติดเตียงเป็นช่วงเวลาที่ยาวนานเนื่องจากน้องเริ่มมีอาการปวดและงอแง โดยเฉพาะเวลากลางคืน ข้าพเจ้าศึกษาการใช้อายูโรเพื่อลดอาการปวด โดยใช้น้ำมันกัญชา ร่วมกับยามอร์ฟินชนิดเม็ด ที่ทางโรงพยาบาลให้มา หาที่ติดรอนั้นบันไดที่แข็งแรงมาติดฝาผนังบ้านบริเวณ ที่นอนเพื่อน้องสามารถดึงตัวขึ้นเองได้ เพราะแขนน้องยังมีแรงดีแต่ขาไม่สามารถใช้ได้ทั้งสองข้าง เนื่องจากมีการกด ของเส้นประสาท ดูแลเปลี่ยนแพมเพิร์สให้น้องก่อนมาทำงาน ปรับเวลาตื่นของข้าพเจ้าเองเป็นตีสี่ ของวันทำการทุกวัน จากปกติตื่นประมาณตีสี่ครึ่ง เนื่องจากน้องจะถ่ายเหลวบ่อย และเริ่มมีแผลกดทับ ดูแลอย่างเต็มกำลังที่ข้าพเจ้าทำได้ บางวันที่เครียดเหนื่อย แต่มั่นใจผ่านไปเมื่อนอนจากการดูแลน้องชายข้าพเจ้าใช้ประสบการณ์ของการเป็นพยาบาล พยายามหาวิธีการดูแลน้องชายด้วยความยืดหยุ่นให้เกิดประโยชน์ต่อน้องชาย และครอบครัว เวลาผ่านไปประมาณ 3 เดือนน้องชายก็จากไป ข้าพเจ้าเสียใจที่สูญเสียน้องชายแต่ไม่เสียใจที่ได้ดูแลน้องเพราะทุกๆวันน้องมีเราและเราก็ทำเต็มที่ ในทุกวัน

เวลาผ่านไปประสบการณ์ใหม่ก็มาเยือน พ่อมีภาวะไตวายต้องฟอกไต ข้าพเจ้าอยู่บ้านเดียวกับพ่อและแม่ ข้าพเจ้าจึงต้องเป็นผู้ดูแลหลัก เช่นเดิม พ่อต้องล้างไตอาทิตย์ละสองครั้ง ที่โรงพยาบาลรามาธิบดี ในวันอังคารกับวันศุกร์ทำให้ ข้าพเจ้าต้องพาพ่อมาพร้อมกันในวันดังกล่าว ล้างไตเสร็จก็กลับบ้านพร้อมกัน ทุกวันนี้พ่อยังเดินไปไหนมาไหนได้ ในระยะทางสั้นๆ ส่วนใหญ่จะใช้รถเข็น อาบน้ำสระผมโดยข้าพเจ้า สุขใจที่ได้ทำและทำเต็มที่ทุกวันเช่นเดิม ประสบการณ์ที่ เกิดขึ้นสร้างประสบการณ์ชีวิตให้ได้เก็บเกี่ยว การปรับกิจกรรมให้สมดุลโดยอาศัยความยืดหยุ่นและอดทน ช่วยให้ทุกๆ วิกฤตของครอบครัวจะผ่านไปด้วยดี

ประสบการณ์เส้นทางชีวิตผ่านไปอย่างคร่ำครวญ จริงๆมีเรื่องเล่าอีกมาก ไม่สามารถบันทึกด้วยกระดาษสามหน้าได้ จึงขอเล่าประสบการณ์การทำงานต่อณะคะ ข้าพเจ้าเรียนมหาวิทยาลัยมหิดล รหัสประจำตัวขึ้นต้น 29 ประสบการณ์ทำงาน มามากกว่า 30 ปี ทำงานในช่วงแรกที่ห้องคลอด ชีวิตในวัยรุ่นแรกจบ ทำงานสองที่เป็นดวงงานที่เรียกว่า กรรมกร เพราะดวงยุ่งมักเจอผู้ป่วยที่มีภาวะแทรกซ้อน ผู้ป่วยที่มาคลอดแล้วเกิดเหตุเสียชีวิต ทั้งมารดาและหรือบุตร การทำงานมัก เจ็บปวดทุกครั้งที่มีเหตุการณ์ แต่บนความเจ็บปวดก็สร้างประสบการณ์ในการทำงาน บางครั้งก็ต้อง หาจุดสมดุลของความยืดหยุ่นที่สามารถทำได้ ไม่ผิดหลักการและมาตรฐานในการดูแลผู้ป่วยเพื่อให้ผู้ป่วยได้รับบริการ อย่างปลอดภัยและรวดเร็ว มีเหตุการณ์หนึ่งน่าจะเข้าได้กับ Flexperience(ความยืดหยุ่น+ประสบการณ์) ข้าพเจ้ารับผู้ป่วยตั้งครรภ์และมีภาวะความดันโลหิตสูงที่ต้องให้ยาป้องกันอาการชัก ณ โรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง แพทย์สั่งให้ยาซึ่งต้อง ฉีดเข้าเส้นเลือดจำนวน 50 ซีซี โดยปกติในสมัยนั้นยังไม่ได้มีข้อกำหนดว่าต้องให้ยาชนิดนั้นโดยแพทย์ ข้าพเจ้าจึงต้องเป็นคนให้ยานั้น เพื่อป้องกันอาการชักของผู้ป่วย เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับยาที่รวดเร็ว แต่เนื่องจากข้าพเจ้าก็ต้องทำเอกสารสำหรับผู้ป่วย วัดสัญญาณชีพขณะให้ยาอย่างใกล้ชิด ดังนั้นการให้ยาโดยใช้ Syringe 50 ซีซี เป็นเวลา 10-15 นาที (เนื่องจากการให้ ยาป้องกันอาการชักต้องให้ช้า ๆ เพราะผู้ป่วยจะมีอาการร้อนและคลื่นไส้อาเจียน) ในช่วงเวลาดังกล่าว

จึงทำให้ข้าพเจ้า ไม่สามารถทำเอกสารและวัดชีพจรได้ จากที่ข้าพเจ้าเป็นคนดวงกรรมกร จำเป็นต้องหาทางออกจะทำอย่างไรให้ผู้ป่วย ได้รับ ยาเร็ว และในขณะที่ให้ยาข้าพเจ้าก็สามารถทำเอกสารผู้ป่วยด้วย วัดสัญญาณชีพได้ด้วย ข้าพเจ้าจึงปรับ กระบวนการให้ยาโดยนำยาจำนวน 50 ซีซี ใส่ใน อุปกรณ์เพื่อให้ยาโดยการหยดแทน ทำให้ผู้ป่วยได้รับยาอย่างสม่ำเสมอ (ใส่ใน Solu-set) ซึ่งอุปกรณ์ดังกล่าวจะเป็นอุปกรณ์ที่ผู้ป่วยต้องใช้ในการให้ยาเพื่อป้องกันอาการชักในการดูแลถัดไป ผู้ป่วยและโรงพยาบาลไม่ได้เสียค่าใช้จ่ายเพิ่ม ขณะให้ยาข้าพเจ้าก็สามารถทำเอกสารผู้ป่วยและวัดสัญญาณชีพได้ซึ่งใน เวลานั้นยังไม่มีเครื่องให้ยาแบบปัจจุบัน แสดงว่าจริงๆแล้ว คำว่า Flexperience มีมานานแล้วอยู่ที่มุมมองของแต่ละยุค แต่ละสมัย

จากที่เล่ามาข้าพเจ้าอยากแชร์ประสบการณ์ การบริหารจัดการโดยใช้ความยืดหยุ่น เมื่อเกิดเหตุการณ์ที่ไม่ปกติ หรือเหตุการณ์แปลกใหม่ซึ่งมีโอกาสพบเจอกันได้ทุกคน ไม่ว่าจะเป็นการดูแลคนป่วยในครอบครัว หรือพบเจองานที่มี อุปสรรค ยากลำบาก แค่นำประสบการณ์ที่มีมารับมือประสบการณ์ที่มาเยือนเพื่อ สร้างประสบการณ์ใหม่โดยอาศัยความยืดหยุ่น อดทน เป็นการสร้างความสุขและกำลังใจให้กับตัวเราเองในการก้าวต่อไป สู้ ๆ ค่ะทุกคน