มหกรรมคุณภาพ JVKK

ผลงาน.. เรื่องเล่า

ชื่อเรื่อง...ความทรงจำครั้งหนึ่ง..ช่วยเขาแล้วเราสุขใจ

เจ้าของผลงาน... นางสโรชา รัตนานพ

สถานที่..เหตุเกิดที่ตึกกลุ่มกิจกรรมบำบัด

วันจันทร์เวียนมาถึงอีกครั้ง วันนี้ฉันรู้สึกตื่นเต้นเล็กน้อย คล้ายกับว่ากำลังรอให้อะไรบางอย่างเกิดขึ้น ใช่ค่ะวันนี้ดิฉันมีนัดกับผู้ป่วยรายหนึ่งที่เคยมากลุ่มเมื่อสัปดาห์ที่แล้ว แต่ด้วยยังเห็นผู้ป่วนรายนี้น่าจะได้รับการบำบัดนอกรอบแบบตัวต่อตัวอีกสักครั้งก่อนกลับบ้าน ดิฉันจึงแจ้งไปที่ตึกและขอนัดผู้ป่วยรายนี้ในจันทร์ก่อนที่ผู้ป่วยจะได้กลับบ้านช่วงบ่าย

วันที่ฉันเจอเขาวันแรกเป็นวันที่ผู้ป่วยมาเข้ากลุ่ม CBT เขามีสีหน้าครุ่นคิด มองรอบ ๆ ห้องบ่อย ฉันเริ่มมองสบตาเขาเล็กน้อยด้วยแววตาที่เป็นมิตร พร้อมกับทักทาย ด้วยน้ำเสียงที่อ่อนโยนพร้อมกับบอกถึงความตั้งใจและพร้อมที่จะช่วยเหลือเขา โดยที่ฉันจะย้ำถึงความปลอดภัยของทั้งเรื่องที่จะเล่า และตัวเขาเองจะปลอดภัยและการบอกผลดีของการมารับการบำบัด ฉันสร้างความหวังแก่เขาโดยบอกว่าเพื่อนสมาชิกกลุ่มที่มาก็มีปัญาและมีความทุกข์ที่คล้ายคลึงกัน การบำบัดแบบกลุ่มสามารถช่วยเขาได้ ขอเพียงทุกคนเปิดใจและให้ความร่วมมือ และที่สำคัญเขาจะเป็นคนที่ทำให้ความหวังของเขาเป็นจริง เขาฟังอย่างตั้งใจ และพยักหน้าเป็นบางครั้ง แต่ผู้ป่วยยังไม่กล้าที่จะเปิดเผยปัญหาและเรื่องราวทั้งหมดนั้นจึงเป็นที่มาของการนัดหมายนอกรอบของดิฉัน

ผู้ป่วยรายนี้เป็นผู้ป่วยชายไทย อายุ 30 ปี สัญชาติไทย สถานภาพคู่ มีอาชีพรับจ้างทั่วไป การศึกษาจบชั้นมัธยมศึกษาปลาย แพทย์ได้วินิจฉัยเป็นโรคซึมเศร้า F32.3 รับการรักษาครั้งที่ 1 ผู้ป่วยมาด้วยเครียดที่ภรรยาหนีไป ดื่มสุราจัด ทำร้ายตัวเองโดยการกินยาฆ่าแมลง ญาติพาไปรักษาที่รพ. น้ำพอง 1 คืน แล้วพามารักษาต่อที่รพ.จิตเวชขอนแก่นต่อ จากการพูดคุยพบว่าผู้ป่วยรายนี้มีความคิดอยากตายเนื่องมีปัญหาขัดแย้ง ทะเลาะกับภรรยาอย่างรุนแรงถึงขั้นลงมือทำร้ายภรรยา จนทำให้ภรรยาหนีไป ผู้ป่วยเครียดมาก รู้สึกผิด อยากคืนดีกับภรรยาโทรไปง้อภรรยาแต่ภรรยามัยอมคืนดีด้วย และพูดต่อว่าผู้ป่วยอย่างรุนแรงทำให้ผู้ป่วยรู้สึกน้อยใจจนถึงขั้นลงมือทำร้ายตนเอง ผู้ป่วยมี เศร้าในระดับรุนแรงและมีความคิดอยากทำร้ายตนเองร่วมด้วย “ผมมาครั้งนี้ไม่เสียเที่ยวเลยครับ ผมเคยเสียใจจนคิดว่าต้องตายเท่านั้นถึงจะหายจากความทุข์ทรมาน แต่ตอนนี้ผมคิดได้แล้ว ถ้าผมตายไปตอนนั้นผมก็คงไม่รู้ว่าผมก็สามารถหัวเราะเสียงดังได้เหมือนคนอื่นเขาในวันนี้ ถ้าผมตายผมคงไม่มีโอกาสได้แก้ตัว คงไม่มีโอกาสได้ขอโทษพ่อ แม่และเมียของผม ขอบคุณนะครับคุณหมอ ” นี้เป็นส่วนหนึ่งของคำพูดของผู้ป่วยคนหนึ่งที่ดิฉันดูแลและสามารถช่วยให้เขาได้กลับบ้านและกลับไปมีความสุขอยู่กับครอบครัวอีกครั้ง หลังจากที่เราได้

พูดคุยกันประมาณ 1 ชั่วโมง ไม่น่าเชื่อว่าคำพูดของผู้ป่วยไม่กี่คำจะเป็นกำลังใจและแรงบันดาลใจให้ดิฉันอยากทำงานและให้การช่วยเหลือผู้อื่นมาจนถึงทุกวันนี้

บทเรียนที่ได้รับ

- จากบทเรียนในครั้งนี้ทำให้ดิฉันทราบว่า การบำบัด เพื่อให้ได้ดีและมีประสิทธิภาพสูงสุดนั้น การเลือกการบำบัดที่เหมาะสมแก่ผู้ป่วยนั้นจะสามารถช่วยได้มาก การบำบัดมีทั้งแบบกลุ่ม และแบบรายบุคคลประสบการณ์และการมีใจบริการสามารถบอกผู้บำบัดได้ว่าควรใช้แบบใดและเวลาไหน

- ขอบคุณ **CBT** เครื่องมือที่ทำให้ฉันสามารถช่วยเขาให้พ้นความทุกข์ใจได้ ขอบคุณคุณผู้ป่วยเช่นกันค่ะที่ทำให้ดิฉันเกิดอีกหนึ่งการเรียนรู้และความทรงจำที่ดี

การติดต่อทีมงาน นางสโรชา รัตนานพ หน่วยกลุ่มกิจกรรมบำบัด โทร 63410