1. **ชื่อเรื่อง** อิ่มใจ สบายท้อง
2. **เจ้าของผลงาน** นางเปรมฤทัย ปาระพิมพ์ ผู้ช่วยเหลือคนไข้ ฝ่ายโภชนาการ
3. **สถานที่** โรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่นราชนครินทร์
4. **ผู้เกี่ยวข้อง**
   1 ) ตัวผู้เขียน
   2 ) ผู้ป่วย
   3 ) เจ้าหน้าที่ตึกศรีตรัง
   4 ) เพื่อนร่วมงานฝ่ายโภชนาการ
5. **เหตุการณ์**

ดิฉันเข้ามาทำงานที่โรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่นราชนครินทร์ เดือน ตุลาคม 2555 ด้วยตำแหน่ง ผู้ช่วยเหลือคนไข้ ฝ่ายโภชนาการ มีหน้าที่รับผิดชอบด้านโภชนบริการ และหนึ่งในความรับผิดชอบนั้นคือการติดตามดูแลการรับประทานอาหารของผู้ป่วยในช่วงเวลา 10.45 น. ของทุกๆวัน โดยการเวียนไปทั้ง 4 ตึก ทำให้ต้องได้พบปะกับผู้ป่วยอยู่เป็นประจำ ซึ่งก่อนหน้านี้ดิฉันไม่เคยทำงานเกี่ยวกับการดูแลผู้ป่วยมาก่อนเลย ยิ่งการดูแลผู้ป่วยทางด้านจิตเวชจึงถือว่าเป็นงานที่ยากสำหรับดิฉัน ถึงแม้จะเป็นการดูแลแค่ด้านอาหารก็ตาม

เมื่อประมาณเดือนมกราคม 2556 ช่วงเที่ยงของวันหนึ่ง ดิฉันได้ไปติดตามการรับประทานอาหารของผู้ป่วยตามปกติ วันนี้เลือกที่จะไปตึกศรีตรัง เพราะว่ามีผู้ป่วยเฉพาะโรคค่อนข้างเยอะ และต้องได้รับการดูแลด้านอาหารเป็นพิเศษ พอเดินไปถึงโรงอาหารของตึก สายตาก็ได้สะดุดกับผู้ป่วยรายหนึ่งว่าหน้าตาทำไมถึงได้ดูคุ้นนัก อายุประมาณเกือบ 60 ปีแล้ว แต่ก็ไม่ได้ติดใจที่จะตามต่อว่าเคยเห็นที่ไหน ในใจนึกว่าน่าจะเป็นผู้ป่วยเดิม จากนั้นก็ไปติดตามดูผู้ป่วยรายอื่นต่อ ผ่านไปหลายวันจึงได้มีโอกาสเวียนกลับไปที่ตึกศรีตรังอีกอีกครั้งในช่วงการรับประทานอาหารมื้อเที่ยงของผู้ป่วย ระหว่างทางได้พบกับผู้ช่วยเหลือประจำตึก จึงได้แวะทักทายและถามเกี่ยวกับเรื่องสุขาภิบาลต่าง ๆ ของตึก ช่วงหนึ่งของบทสนทนาก็ได้เล่าว่าวันนี้แม่บ้านประจำตึกเกือบได้รับอุบัติเหตุเนื่องจากผู้ป่วยรายหนึ่งมาเขย่าบันไดทำให้เกือบตกลงมา ด้วยความตกใจจึงได้ตวาดผู้ป่วยรายนั้นไปอย่างแรง พอตั้งสติได้ก็นึกเสียใจที่ได้ว่าผู้ป่วยรายนั้นไป เพราะผู้ป่วยเองก็มีสติไม่สมบูรณ์ พอดีกับเป็นช่วงที่ผู้ป่วยทยอยลงมาจากตึกเพื่อทานข้าวแกจึงชี้ไปที่ผู้ป่วยคนนั้น พบว่าเป็นผู้ป่วยคนเดียวกับที่ดิฉันคุ้นหน้าเมื่อวันก่อน สอบถามจึงได้รู้ว่า ผู้ป่วยมีชื่อว่า นางจันทร์เพ็ญ เป็นคนไข้พเนจรชอบคุ้ยขยะ ที่คุ้นหน้าเพราะบางทีแกก็ป้วนเปี้ยนอยู่แถว ๆ หน้า รพ.จิตเวช , รพ.ศูนย์ขอนแก่น , บขส. , ศูนย์การค้ากลางเมือง ก็แล้วแต่ว่าวันหนึ่งจะมีแรงเดินไปถึงไหน ที่ได้เข้ามารักษาเป็นเพราะทางเทศบาลส่งตัวมา พอดิฉันได้ทราบเรื่องราวของนางจันทร์เพ็ญ ดิฉันเกิดความสงสารแกขึ้นมาทันที ลำพังเกิดมาสติไม่ดีก็น่าสงสารแล้ว มิหนำซ้ำยังไม่มีญาติอีก แต่อีกในใจหนึ่งก็ดีใจแทนแกที่อย่างน้อยในช่วงของการรักษาตัวอยู่ใน รพ. ก็ยังมีที่พักที่แน่นอน มีอาหารให้กินครบ 3 มื้อ มีคนคอยดูแล และตัวดิฉันมีโอกาสดูแลด้านอาหารก็จะพยายามมาดูแลให้ดีในช่วงรักษาถึงแม้แกจะทานเป็นอาหารธรรมดา ที่ไม่ได้ดูแลเป็นกรณีพิเศษก็ตาม อย่างน้อยในตอนนี้เราก็เปรียบเหมือนญาติคนหนึ่งของเค้า หลังจากวันนั้นก็ได้แวะเวียนไปดูเท่าที่มีโอกาส แต่บางทีก็เจอ บางทีก็ไม่เจอ สอบถามเจ้าหน้าที่ประจำตึกได้รู้ว่าด้วยอุปนิสัยและอาการของแกชอบคุ้ยขยะ ก็เลยจำเป็นต้องกักบริเวณไว้ก่อน

ผ่านไปประมาณ 2 อาทิตย์ ดิฉันได้มีโอกาสไปติดตามดูการรับประทานอาหารของผู้ป่วยที่ตึกศรีตรังอีกครั้งในช่วงเวลา 17.00 น. ซึ่งเป็นช่วงเวลาการรับประทานอาหารเย็นของผู้ป่วย ก็ได้พบกับนางจันทร์เพ็ญอีกครั้ง การพบกันครั้งนี้ดูแกเปลี่ยนไปมาก ร่างกายที่เคยซูบผอมกลับดูมีน้ำมีนวลขึ้น หน้าตาที่เศร้าหมองดูสดใสขึ้นมาเยอะ อาการระแวงก็ลดลง เข้ากับเพื่อนผู้ป่วยรายอื่นได้ดีขึ้น ถึงแม้บางทีจะพูดคุยไม่ค่อยรู้เรื่องก็ตาม และที่สำคัญเจ้าหน้าที่พยายามให้มีส่วนร่วมด้วยการช่วยยกถาดอาหารไปให้เพื่อนผู้ป่วยรายอื่นที่ลงมาทาน

ข้างล่างไม่ได้ ดิฉันจึงได้ตัดสินใจเดินเข้าไปทักทายแก โดยที่ไม่ได้คาดหวังกับบทสนทนาว่าจะได้รับคำตอบแบบไหน จะคุยรู้เรื่องหรือไม่ จากคำตอบที่ได้มันกลับทำให้ดิฉันรู้สึกภูมิใจ แกตอบว่า " แม่ครัวทำอาหารอร่อยมากเลย เกิดมายังไม่เคยได้กินอาหารอร่อยๆ แบบนี้เลย ชอบทานอาหารที่เอามาให้ ถ้าขอเติมอีกจะได้ไหม ? " ฉันยังไม่ทันได้ตอบแกก็ลุกพรวดไปต่อคิวเพื่อเติมข้าวอีก พร้อมกันนั้น ก็ได้มีผู้ป่วยรายหนึ่งตะโกนขึ้นว่า "ยายนทร์เพ็ญแกกะจะกินให้ตายวันนี้เลยหรือไง" แต่ดูเหมือนว่าแกจะไม่ฟังคำพูดใด ๆ ทั้งนั้น ยังมุ่งหวังไปที่อาหารอย่างเดียว ดิฉันจึงได้เดินเข้าไปพูดคุยทำความเข้าใจกับผู้ป่วยคนที่ตะโกนคนนั้นที่ในขณะนั้น เป็นคนไข้บำบัดสุราเรื้อรัง (DT) ที่พอจะคุยรู้เรื่องว่า ปล่อยให้แกได้กินเถอะ อาหารมีเพียงพอได้เติมให้กับผู้ป่วยทุกคน ปกติแกไม่ค่อยมีโอกาสแบบคนอื่นเค้า อย่างเราพอกลับบ้านก็มีญาติคอยดูแลหาอาหารให้กิน แต่ตัวยายจันทร์เพ็ญโอกาสแบบนั้นแทบจะหาไม่ได้เลยถ้าแกต้องออกจากโรงพยาบาลไป ดูเหมือนว่าผู้ป่วยรายนี้ก็ดูจะเข้าใจ และไม่ว่ากล่าวแกอีก ทั้งที่ก่อนหน้านี้คงยังไม่รู้ว่ายายจันทร์เพ็ญมีพื้นฐานความเป็นมายังไงและดูเหมือนจะเข้าอกเข้าใจแกมากขึ้น ยังบอกอีกว่า " น่าสงสารแกนะ เอาเถอะตัวดิฉันเองก็มารักษาในเมื่อมีความจำเป็นต้องมารักษาตัวในที่เดียวกัน ดิฉันจะพยายามอยู่ร่วมกันให้ได้ละกันค่ะ "เมื่อตัวดิฉันเองได้ยินดังนั้นก็รู้สึกดีมาก ๆ กับการเอื้ออาทรของตัวผู้ป่วยที่มีต่อกัน พลางนึกในใจว่านี่แหละคือข้อดีของอุปนิสัยของคนไทย คือ ไม่ว่าตอนนี้จะอยู่ในสถานะใด ความเอื้อเฟื้อ และความโอบอ้อมอารีก็เป็นสิ่งสำคัญอยู่ดี ในขณะนั้นยายจันทร์เพ็ญก็ได้ลุกมาเติมอาหารอีกครั้ง ก่อนกลับดิฉันได้ไปกระซิบกำชับกับทางแม่ครัวที่ไปบริการตักอาหารในวันนั้นว่า ถ้ายายจันทร์เพ็ญมาขอตักอีกให้ช่วยดูแลด้วยนะ เพราะอย่างน้อยตอนนี้ก็เปรียบเหมือนคนในครอบครัวของเราอีกคน ดูเหมือนว่าทางแม่ครัวเองก็มีความคิดเห็นที่ตรงกัน

วันนั้นดิฉันเดินกลับฝ่ายโภชนาการด้วยความรู้สึกที่ประทับใจกับเหตุการณ์ครั้งนี้ อาจดูเหมือนว่ามันเป็นเพียงเหตุการณ์เล็กน้อยที่เกิดขึ้นแต่กลับให้ข้อคิดที่ดีว่าบางทีการดูแลผู้ป่วยทางด้านจิตเวชก็สามารถสร้างความสุขแก่ตัวเราได้โดยไม่ใช่แค่การปฏิบัติหน้าที่เพียงอย่างเดียว แต่เราต้องดูแลด้วยความเอาใจใส่ ความสุขก็เกิดขึ้นได้ไม่ยากเลย.

## 6. สรุป

การปฏิบัติหน้าที่ดูแลผู้ป่วยจิตเวชด้านอาหารก็เป็นอีกช่องทางหนึ่งที่สามารถดูแลผู้ป่วยให้มีภาวะโภชนาการที่ดี เมื่อผู้ป่วยได้รับปริมาณสารอาหารที่เพียงพอในแต่ละวัน สามารถส่งผลให้ผู้ป่วยมีสภาวะจิตใจที่ดีขึ้นได้ ถือว่าเป็นการรักษาอีกด้านหนึ่ง

## 7. บทเรียนที่ได้รับ

การดูแลผู้ป่วยทางด้านจิตเวช ควรมีการเอาใจใส่ให้มากขึ้นกว่าปกติ เพราะผู้ป่วยเองไม่ได้ต้องการแค่ยาที่รักษาแต่ต้องการการดูแลเอาใจใส่จากคนรอบข้างด้วย

## 8. การติดต่อกับทีมงาน

นางเปรมฤทัย ปาระพิมพ์ ฝ่ายโภชนาการ โรงพยาบาลจิตเวชขอนแก่นราชนครินทร์
เบอร์โทรศัพท์ 043 – 209999 ต่อ 63317 - 63318