

ถาม – ตอบเกี่ยวกับการดูแลแบบประคับประคอง

รศ.พญ.ศรีเวียง ไพโรจน์กุล
ศูนย์การุณรักษ์

ถาม - การดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง คืออะไร?

ตอบ - การดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง เป็นการดูแลทางการแพทย์ที่เจาะจงสำหรับผู้ป่วยที่เจ็บป่วยด้วยโรคที่รุนแรง การดูแลจะเน้นในการบรรเทาอาการไม่สบายต่างๆ ที่เกิดจากตัวโรค และยังมุ่งเน้นช่วยบรรเทาความเครียดที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยและครอบครัวอันเนื่องมาจากความเจ็บป่วยนี้ด้วย นุเคราะห์ทางการแพทย์ที่ให้การดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองจะเป็นทีมแพทย์ พยาบาล รวมทั้งบุคลากรทางการแพทย์ที่ได้รับการฝึกอบรมเกี่ยวกับการดูแลลักษณะนี้ โดยจะทำงานร่วมกับแพทย์อื่นๆ เช่น แพทย์เจ้าของไข้ เพื่อร่วมกันดูแลผู้ป่วย โดยทีมของเราจะให้การดูแลเพิ่มเติมในส่วนการประคับประคองคนไข้ การดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองจะมุ่งเน้นที่ความต้องการ และหรือ ความจำเป็นทางการแพทย์สำหรับคนไข้มากกว่าการให้การดูแลตามการทำนายโรคของคนไข้ การดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองนี้สามารถให้การดูแลในผู้ป่วยทุกเพศ ทุกวัย และทุกระยะของโรคที่เป็นโรคร้ายแรง และสามารถดำเนินการควบคู่ไปกับการดูแลผู้ป่วยที่หวังผลในการรักษาให้หายหรือการดูแลรักษาหลักด้วย

ถาม – โรคที่จำเป็นต้องได้รับการดูแลแบบประคับประคอง

ตอบ - ปัจจุบันนี้ รูปแบบการเจ็บไข้ได้ป่วยในประเทศไทยก็เป็นเช่นเดียวกับประเทศพัฒนาแล้วอื่นๆ โดยมีโรคในกลุ่ม “โรคไม่ติดต่อ” เป็นสาเหตุของการเสียชีวิตสูงที่สุด โรคที่พบได้มากที่สุดคือ โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคหลอดเลือดสมอง และโรคมะเร็งตามลำดับ นอกจากนี้ยังมีโรคอื่นๆ ได้แก่ โรคไตชนิดเรื้อรัง โรคระบบทางเดินหายใจชนิดเรื้อรัง โรคความจำเสื่อมและโรคชราภาพ

ถาม - เมื่อโรคดำเนินมาถึงระยะท้ายของโรค การดูแลแบบไหนที่คิดว่าดีที่สุดสำหรับคนไข้

ตอบ - ในระยะนี้ การดูแลจะเปลี่ยนเป็นมุ่งเน้นที่จะทำให้ผู้ป่วยรู้สึกสบายมากที่สุดเท่าที่เป็นไปได้ เพื่อให้ผู้ป่วยได้ใช้เวลาที่เหลืออยู่อย่างมีคุณค่าที่สุด ทั้งนี้ขึ้นกับธรรมชาติของโรคที่เป็นและยังขึ้นกับปัจจัยแวดล้อมของผู้ป่วยด้วย ระยะท้ายนี้อาจมีระยะเวลาเป็นเดือน หลายๆ เดือน หรือ อาจเป็นปี หรือ หลายๆ ปีก็ได้ ในช่วงเวลานี้ การดูแลแบบประคับประคองสามารถช่วยควบคุมอาการปวด และอาการอื่นๆ เช่น ท้องผูก คลื่นไส้ หายใจไม่อิ่ม เป็นต้น นอกจากนี้ยังสามารถช่วยดูแลประคับประคองในเรื่องอารมณ์และจิตวิญญาณของผู้ป่วยและครอบครัวด้วย ในช่วงนี้ ผู้ให้การดูแลผู้ป่วย ก็ต้องได้รับการดูแลด้วยเช่นกัน ทีมดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองสามารถให้การดูแลครอบครัวที่เป็นผู้ดูแลผู้ป่วยโดยช่วยประสานงานการดูแลรักษา ดูแลทางอารมณ์-จิตสังคม การให้การดูแลผู้ป่วยด้วยวิธีที่ทำเองได้ไม่ยุ่งยากมากเกินไป และอาจรวมถึงการ

ช่วยเหลือทางการเงินหรือทางกฎหมาย และเมื่อผู้ป่วยจากไปแล้ว ยังคงต้องดูแลครอบครัวผู้ป่วยในการก้าวผ่านความเศร้าโศกเสียใจด้วย

ถาม – อะไรคือประโยชน์หรือข้อดีของการดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง

ตอบ – การดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองช่วยเพิ่มคุณภาพชีวิตโดยการจัดการ หรือควบคุมอาการปวด และอาการไม่สุขสบายอื่นๆ และยังมุ่งเน้นการดูแลทั้งทางกาย ทางจิตใจและจิตวิญญาณ นอกจากนี้ยังช่วยให้ผู้ป่วยและครอบครัวเข้าใจเกี่ยวกับตัวโรค การดำเนินโรค และแผนการรักษา ช่วยผู้ป่วยและครอบครัวในการจัดทำแผนการรักษาล่วงหน้าให้สอดคล้องกับความต้องการหรือเป้าหมายของผู้ป่วยเป็นหลัก ให้การดูแลแบบองค์รวมอย่างต่อเนื่อง ให้ความรู้ในการดูแลผู้ป่วยแก่ครอบครัวและแก่ตัวผู้ป่วยเองเพื่อลดการต้องเข้าออกโรงพยาบาลโดยไม่จำเป็น และที่สำคัญที่สุดคือการช่วยให้ผู้ป่วยได้ “ตายดี”

ถาม - ผู้ป่วยได้รับการรักษาหลักเพื่อรักษาตัวโรคให้หาย ในขณะเดียวกันก็ได้รับการดูแลแบบประคับประคองไปพร้อมกันทำได้อย่างไร

ตอบ - ความเข้าใจที่ว่า การดูแลแบบประคับประคองไม่สามารถดำเนินการพร้อมกับการรักษาหลักที่หวังผลให้โรคหาย เป็นความเข้าใจที่ไม่ถูกต้อง ดังที่ได้กล่าวก่อนหน้านี้ว่า การดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองเป็นการดูแลเพิ่มเติมเสริมเข้าไปกับการดูแลรักษาหลัก การดูแลรักษาหลักหวังผลให้โรคหาย ซึ่งแพทย์เจ้าของไข้สามารถช่วยให้ผู้ป่วยรู้สึกสุขสบาย ไม่ทุกข์ทรมานจากอาการต่างๆ ได้ด้วยตนเองอยู่แล้วโดยใช้หลักการการจัดการอาการแบบการดูแลแบบประคับประคอง แต่หากอาการไม่สุขสบายที่เกิดขึ้นจัดการได้ยาก แพทย์เจ้าของไข้สามารถปรึกษาผู้เชี่ยวชาญในทีมดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง เพื่อให้การดูแลเพิ่มเติมในการจัดการอาการนั้นๆ การดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองเป็นตัวช่วยที่ทรงพลังอย่างยิ่งในการดูแลผู้ป่วย ที่พูดเช่นนั้นเพราะการดูแลแบบนี้เป็นการดูแลทางการแพทย์ที่จำเพาะแก่ผู้ป่วยใดๆ ที่ป่วยด้วยโรครุนแรงสามารถได้รับการดูแลนี้ได้ การดูแลนี้ครอบคลุมทั้งการควบคุมอาการไม่สุขสบายทางกาย รวมถึงทางอารมณ์และจิตวิญญาณ ในทีมผู้ให้การดูแลแบบประคับประคองจะทำงานเป็นทีมสหสาขา ประกอบด้วย แพทย์ พยาบาล นักสังคมสงเคราะห์ เป็นต้น เพื่อประสานงานให้แผนการรักษาเป็นไปตามเป้าหมายของผู้ป่วย โดยที่ผู้ป่วยก็ยังได้รับการดูแลรักษาหลักเพื่อหวังผลให้โรคหาย และหากการดำเนินโรคเข้าสู่ระยะที่การรักษาหลักไม่เป็นผลหรือเป็นไปไม่ได้ การดูแลแบบประคับประคองก็ยังคงดำเนินอยู่ต่อไป แต่เป็นการดูแลที่เป็นองค์รวมมากขึ้นที่เรียกว่าการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย ซึ่งมักเกิดขึ้นเมื่อคาดว่าผู้ป่วยจะมีเวลาเหลืออยู่ไม่เกิน 6 เดือน การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายแตกต่างจากการดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองคือ การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้ายจะให้การดูแลเพื่อให้ผู้ป่วยสุขสบายเท่านั้นเนื่องจากผู้ป่วยเหลือเวลาอีกไม่มาก ส่วนใหญ่แล้วไม่เกิน 6 เดือน การดูแลนี้มักทำที่บ้าน หรือที่โรงพยาบาลก็ได้ หรือแม้แต่ในสถานพยาบาลที่ตั้งขึ้นเพื่อการนี้

ถาม - เมื่อผู้ป่วยเข้าสู่การดูแลแบบประคับประคอง เรามีทางเลือกอะไรให้ผู้ป่วยบ้าง

ตอบ - เราจะพูดคุยกับผู้ป่วยเพื่อให้ได้คำตอบว่า เมื่อผู้ป่วยเหลือเวลาที่จะมีชีวิตอยู่อีกไม่มาก อะไรคือสิ่งที่สำคัญที่สุดสำหรับผู้ป่วย อะไรคือสิ่งที่ทำให้ควรค่าแก่การมีชีวิตอยู่ เพื่อการที่จะมีชีวิตอยู่นานขึ้นผู้ป่วยสามารถทนต่ออะไรได้บ้างเช่นทนต่อการรักษาที่รุกรานรุนแรงหรือไม่อย่างไร คำตอบสำหรับคำถามเหล่านี้พอจะช่วยให้เราวางแผนการดูแลล่วงหน้าได้เหมาะสมและเฉพาะเจาะจงในผู้ป่วยแต่ละคน

ถาม - ขั้นตอนในการดูแลแบบประคับประคองคืออะไรคะ สิ่งที่ผู้ป่วยและครอบครัวคาดหวังว่าจะพบหรือได้รับการดูแลคืออะไร

ตอบ - การดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองเป็นการดูแลอย่างต่อเนื่อง

- ทีมดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองเป็นผู้เชี่ยวชาญในการจัดการอาการต่างๆ ทั้งทางกายและนอกเหนือจากทางกาย ตั้งแต่ความวิตกกังวล ความกลัดกลุ้มทางอารมณ์ จนถึง อาการปวด อาการท้องเสีย การจัดการหรือการควบคุมอาการไม่สุขสบายได้ สามารถนำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดี
- ทำหน้าที่ประสานงานเกี่ยวกับการให้การดูแลผู้ป่วยตลอดการดำเนินโรคเพื่อให้เกิด “การดูแลที่ไร้รอยต่อ”
- ให้ข้อมูลแก่ผู้ป่วยและครอบครัวเกี่ยวกับการพยากรณ์โรค ทางเลือกในการรักษา ความเสี่ยงและประโยชน์ในทางเลือกการรักษานั้นๆ ให้ข้อมูลและแนวทางแก่ผู้ป่วยและครอบครัว ในการวางแผนการรักษาล่วงหน้า โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อผู้ป่วยเข้าสู่ระยะสุดท้ายที่ไม่สามารถสื่อสารความต้องการได้
- จัดการอาการไม่สุขสบายได้เป็นอย่างดีในช่วงผู้ป่วยกำลังจะเสียชีวิต เพื่อไม่ให้ผู้ป่วยทุกข์ทรมานและสามารถ “ตายดี” ได้

ทีมดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองช่วยดูแลครอบครัวให้สามารถก้าวผ่านความเศร้าโศกเสียใจหลังจากที่ผู้ป่วยได้จากไปแล้ว

ถาม – ผู้ป่วยควรได้รับการดูแลแบบประคับประคองเมื่อไร

ตอบ - ผู้ป่วยสามารถรับการดูแลแบบประคับประคอง ณ ระยะไหนของโรคก็ได้ ตั้งแต่ได้รับการวินิจฉัยโรค อย่างไรก็ตามการดำเนินโรคเข้าสู่ระยะรุนแรงหรือเข้าสู่เดือนสุดท้ายของชีวิต ความเป็นจริงคือ ยิ่งเริ่มการดูแลแบบประคับประคองเร็วเท่าไร ยิ่งมีผลดีเท่านั้น

เมื่อผู้ป่วยได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรครุนแรงและคุกคามต่อชีวิต การดูแลแบบประคับประคองช่วยให้ผู้ป่วยและครอบครัวมีชีวิตร่วมกับโรคได้ดีขึ้น ได้ง่ายขึ้น

การดูแลแบบประคับประคองสามารถเกิดพร้อมกันไปกับการดูแลรักษาหลักโดยแพทย์เจ้าของไข้ โดยการดูแลแบบประคับประคองมุ่งดูแลเรื่องการบรรเทาหรือการจัดการอาการปวดหรืออาการไม่สุขสบายอื่นๆ ช่วยดูแลเรื่องอารมณ์ จิตสังคม จิตวิญญาณ โดยสรุปคือช่วยทำให้คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยดีขึ้น ซึ่งคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยแต่ละคนก็แตกต่างกัน เพราะแต่ละคนนิยามคุณภาพชีวิตแตกต่างกัน ทีมดูแลผู้ป่วยแบบ

ระดับประคองจะให้ผู้ป่วยมีส่วนร่วมในการกำหนดเป้าหมายการรักษา การจัดการอาการไม่สบาย การดูแลทางจิตสังคม จิตวิญญาณ เพื่อให้มีคุณภาพชีวิตดีขึ้น และยังช่วยให้ผู้ป่วยมีความเข้าใจเกี่ยวกับทางเลือกในการรักษาต่างๆ

จุดแข็งอีกประการของการดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองคือการมองเห็นผู้ป่วยในด้านการเป็นมนุษย์ไม่ใช่ในด้านการเป็นโรคเท่านั้น มีการสำรวจความคิดเห็นของผู้ป่วยที่ต้องได้รับการดูแลแบบประคับประคองในปี ค.ศ. 2011 พบว่า ผู้ป่วยกลุ่มนี้มีความต้องการ “ถูกมองหรือถูกยอมรับว่าเป็นบุคคล (มนุษย์)” “ได้รับทางเลือกและสามารถเลือกได้” “ยังคงความสัมพันธ์กับครอบครัวและสังคมภายนอกได้” “คงความสัมพันธ์ทางจิตวิญญาณได้” และ “สุขสบายทางกาย”

ถาม – สิ่ง que ผู้ป่วยและครอบครัวมักจะกังวลเมื่อมารับการดูแลแบบประคับประคอง

ตอบ - สิ่งที่ผู้ป่วยและครอบครัวมักจะกังวลได้แก่

- ความเข้าใจคลาดเคลื่อนของสังคมเกี่ยวกับการดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง ว่าเป็นการดูแลผู้ป่วยที่กำลังจะเสียชีวิต ความเข้าใจที่ไม่ถูกต้องนี้เป็นอุปสรรคของการที่ผู้ป่วยจะได้รับการดูแลที่เหมาะสมรวมทั้งในช่วงเวลาที่เหมาะสมด้วย คำจำกัดความของการดูแลแบบประคับประคองนี้กว้างขึ้นมาก ในทศวรรษที่ผ่านมา มันเป็นการดูแลรักษาทางการแพทย์ที่มุ่งจัดการอาการปวด อาการไม่สบายอื่นๆ รวมทั้งอาการที่เป็นผลข้างเคียงจากโรคเรื้อรังที่ผู้ป่วยเป็น ดังนั้นจึงเป็นการดูแลผู้ป่วยในระยะใดก็ได้ และในทุกวัย
- การส่งต่อผู้ป่วยช้า ถึงแม้ว่าเราจะมีระบบการดูแลที่ดีอย่างไร ก็ยังพบว่าผู้ป่วยมักจะถูกส่งต่อมาเพื่อให้การดูแลแบบประคับประคอง รวมทั้งการดูแลระยะสุดท้ายช้าเกินไป ซึ่งมักเป็นผลจากทัศนคติของผู้ป่วยและแพทย์เจ้าของไข้ การสื่อสารที่ไม่ชัดเจน และการจัดการกับความคาดหวังของผู้ป่วยในการรักษา
- การจัดการกับความคาดหวังของผู้ป่วยในการรักษา แพทย์ต้องสื่อสารหรือให้ข้อมูลกับผู้ป่วยและครอบครัวอย่างตรงจริงเกี่ยวกับการดูแลแบบประคับประคอง รวมทั้งการดูแลระยะสุดท้าย เร็วที่สุดเท่าที่เป็นไปได้ ซึ่งจะช่วยให้เราสามารถคลี่คลายความเข้าใจผิดหรือความเข้าใจคลาดเคลื่อนเกี่ยวกับการดูแลแบบนี้ ทำให้การส่งต่อการดูแลเกิดขึ้นในเวลาที่เหมาะสม ซึ่งส่งผลให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดี

การดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองและการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย “ไม่ใช่” การรอให้ผู้ป่วยเสียชีวิต แต่เป็นการทำให้เวลาที่เหลืออยู่ของผู้ป่วยมีค่าสำหรับการมีชีวิต หากผู้ป่วย ครอบครัว รวมทั้งบุคลากรทางการแพทย์เข้าใจสิ่งนี้ จะทำให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นได้

ถาม – การวางแผนเพื่อรับการรักษาแบบประคับประคองทั้งสำหรับตนเองและคนที่เรารัก

ตอบ 1. หาข้อมูลเกี่ยวกับการรักษาที่สำคัญในช่วงระยะสุดท้ายของชีวิต เพื่อที่จะได้แสดงความจำนงหรือบอกกล่าวการตัดสินใจการรักษาในช่วงนั้นไว้ล่วงหน้า

2. สื่อสารกับครอบครัวให้เข้าใจชัดเจนถึงความต้องการของท่านในการรักษา

3. เข้าใจเกี่ยวกับประโยชน์ของการดูแลแบบประคับประคอง และการดูแลระยะสุดท้าย และตระหนักว่าเมื่อใดควรร้องขอการดูแลดังกล่าว

4. เรียนรู้ที่จะสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพกับแพทย์และทีมสุขภาพ