

Humanitude: การประยุกต์ใช้ในการดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม

กรรณิการ์ คุภะชัย¹, พย.ม. (การพยาบาลผู้ใหญ่)

บทคัดย่อ: บทความนี้ นำเสนอ แนวคิด Humanitude กับการประยุกต์ใช้ในการดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม ที่พบว่ามีผลลัพธ์ที่ดี แนวคิด Humanitude เป็นแนวคิดหนึ่งที่ใช้เทคนิคการสร้างสัมพันธภาพด้วยการใช้ถ้อยคำ สายตา และการสัมผัส เพื่อให้เกิดความไว้วางใจในการดูแล และนำเสนอหลักการนำแนวคิดนี้มาใช้ในการดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อมของต่างประเทศ ซึ่งสามารถนำมาประยุกต์ใช้และทำการศึกษาเพิ่มขึ้นในประเทศไทย

วารสารการปฏิบัติการพยาบาลและการผดุงครรภ์ไทย 2560; 4(2): 95-99

คำสำคัญ: Humanitude การดูแลผู้สูงอายุ ภาวะสมองเสื่อม

¹พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลจุฬารัตน์

บทนำ

ในวงการวิชาการด้านผู้สูงอายุ มีการกล่าวถึงแนวคิด Humanitude และการนำมาใช้ในการดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม โดยเฉพาะในการฝึกอบรมผู้ดูแลในครอบครัว ในสถานการดูแล และในโรงพยาบาลเพื่อการดูแลที่มีประสิทธิภาพ บทความนี้นำเสนอแนวคิด humanitude และหลักฐานการนำมาใช้ในการดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม เพื่อจุดประกายความสนใจในการศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติมและขยายการนำมาใช้ในการดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อมสำหรับผู้ดูแลต่อไป

แนวคิด Humanitude

Humanitude เป็นแนวคิดทางมานุษยวิทยา¹ (Anthropology) เป็นศัพท์ที่ถูกบัญญัติขึ้นจากการผสมของคำ 2 คำ² คือ human และ attitude โดย Yves Gineste อาจารย์สอนพลศึกษาชาวฝรั่งเศส เมื่อประมาณ 30 ปีที่แล้ว ภายหลังจาก Yves Gineste สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาเอกทางจิตวิทยาผู้สูงอายุ (Psycho-gerontology) แนวคิดเรื่อง Humanitude ถูกทำให้เป็นที่รู้จักอย่างแพร่หลายอีกครั้งหนึ่ง ตั้งแต่ ปี ค.ศ. 2007 เป็นต้นมา ซึ่ง Yves Gineste ร่วมกับ Rosette Marescotti ได้ประยุกต์ใช้แนวคิดนี้ในการพยาบาล โดยอธิบายว่า Humanitude เป็นการดูแลด้วยเทคนิคการสร้างสัมพันธภาพเพื่อให้เกิดความเชื่อถือนไว้วางใจกัน (trust relationship) โดยการใช้คำพูด (speech) สายตา (eye contact) และการสัมผัส (touch) ซึ่งการกระทำทั้ง 3 อย่างนี้มีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน และเกี่ยวข้องกับการรับรู้ทางประสาทสัมผัส (sensory) การตอบสนอง (response) ของความเป็นมนุษย์ เป็นการบำบัดดูแลที่ไม่ต้องการยาขนานใด (non-pharmacological intervention) ที่

ช่วยเพิ่มคุณภาพชีวิต (quality of life) และความผาสุก (well-being) ของทั้งผู้สูงอายุและผู้ดูแล โดยให้เหตุผลดังนี้¹

การใช้คำพูด (speech) เป็นการสื่อสารหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อผู้ได้รับการดูแลทั้งเชิงบวกและลบ ถ้อยคำที่เป็นมิตรเป็นการสร้างสัมพันธภาพ สร้างความเข้าใจและช่วยแก้ปัญหาต่างๆ ได้วิธีที่ปลอดภัย จริงใจ ช่วยสร้างความหวัง ส่งเสริมกำลังใจ ทำลายความโศกเศร้าและทุกข์ทรมานใจไปได้ นอกจากนี้คำพูดยังทำให้ผู้ได้รับการดูแลหัวเราะได้ ช่วยบรรเทาความปวด จึงเป็นเสมือนยาแก้ปวดประสาท (tranquillizer) ที่ไม่มีผลข้างเคียง (side effects) และไม่มีวันหมดอายุ (expired date)

การใช้สายตา (eye contact) เป็นการสื่อสารที่มนุษย์รับรู้ตั้งแต่แรกเกิด จากสายตาแห่งความรักที่แม่มีต่อลูก (loving look) เป็นสิ่งแรกๆ ที่ผู้ได้รับการดูแลรับรู้ถึงการยอมรับจากผู้ดูแล การใช้สายตาเป็นทั้งการปลุกพลังหรือฆ่าความมีคุณค่า (self-esteem) ความเชื่อมั่นในตนเอง (self-confidence) ของผู้ได้รับการดูแล การมองด้วยสายตาอันอ่อนโยน (kind look) พร้อมกับส่งรอยยิ้ม เป็นสัญญาณของความเปิดเผยที่ผู้ดูแลตั้งใจที่จะแบ่งปันความทุกข์ทรมานของผู้ได้รับการดูแล ทำให้ผู้ได้รับการดูแลรู้สึกถึงความผ่อนคลาย และยังเป็นการก่อกวนความสนใจและสร้างความมั่นคงในความเป็นมนุษย์ของผู้ได้รับการดูแล

การสัมผัส (touch) เป็นสิ่งแรกๆ ที่มีอิทธิพลต่อชีวิตและการดูแลตั้งแต่เกิด เช่น สัมผัสแรกของแม่-ลูกเมื่อแรกเกิด (mother-child relationship) ความอบอุ่นจากอ้อมแขนนำมาซึ่งความยินดี (pleasure) ทำให้รู้สึกปลอดภัยในชีวิต (security) การรับรู้ต่อการสัมผัสเป็นการสื่อสารที่ลึกซึ้งในความเป็นมนุษย์ เป็นการแบ่งปันความรู้สึก ที่เทคโนโลยีที่

ทันสมัยเพียงใดก็ตามไม่สามารถหยิบยื่นให้กับมนุษย์ได้ การสัมผัสจึงเป็นหนึ่งการสื่อสารเพื่อการดูแล ไม่ว่าจะเป็นเด็ก ผู้ใหญ่ หรือผู้สูงอายุ ที่ได้รับความทุกข์ทรมาน แม้แต่ผู้ที่มีความพร่องของการรับรู้ (cognitive impairment) ต่างต้องการการสัมผัส การสัมผัสจึงเป็นเหมือนภาษาที่มากกว่าคำพูด เป็นการรับฟังและการเข้าใจในความทุกข์ทรมาน การสัมผัสยังเป็นการแสดงถึงการปลอบโยน การส่งเสริมกำลังใจ การเข้าใจในความรู้สึก การสัมผัสที่มนุษย์ทุกคนต้องการคือการสัมผัสที่ผู้รับ ได้รับรู้ถึงความอบอุ่น เป็นสัมผัสที่อาทรและอ่อนโยน (gentleness and kindness) แสดงถึงความเป็นมิตรที่ผู้ดูแลหยิบยื่นให้กับผู้ได้รับการดูแล เป็นการสะท้อนถึงการยอมรับในคุณค่าของความเป็นมนุษย์ ซึ่งจะพัฒนาไปเป็นความไว้วางใจต่อไป

การประยุกต์ใช้ในการดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อม

แนวคิด Humanitude เป็นแนวคิดที่ถูกนำมาใช้ในการดูแลผู้สูงอายุที่มีความพร่องด้านการรู้คิด (cognitive impairment) ในทศวรรษที่ผ่านมา การศึกษาในเรื่องนี้จึงยังมีอย่างจำกัด โดยพบหลักฐานว่าสถาบัน Gineste-Marescotti Methodology of Care³ ได้มีการประยุกต์ใช้แนวคิดนี้กับผู้สูงอายุในโรงพยาบาลและสถานดูแลผู้สูงอายุ 400 แห่ง ของประเทศฝรั่งเศส สวิสเซอร์แลนด์ และแคนาดา ผลการศึกษาพบว่า สามารถพัฒนาพฤติกรรมในผู้สูงอายุได้ร้อยละ 62-90 ลดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ร้อยละ 78.5 ลดการใช้ยา antipsychotics ได้ร้อยละ 88.5 และช่วยเพิ่มการเคลื่อนไหวของแขนขา ลดอาการปวด ผู้สูงอายุ ค่อนข้างกับการใช้ห้องน้ำและอาบน้ำเพิ่มขึ้น ผู้สูงอายุและผู้ดูแลมีความสุขในชีวิตเพิ่มขึ้น

นอกจากนี้ พบว่ามีการศึกษาการประยุกต์ใช้แนวคิดนี้ในการฝึกทักษะให้กับพยาบาลและผู้ดูแล เพื่อการดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อมในต่างประเทศ เช่น ประเทศญี่ปุ่น ประเทศเยอรมนี ดังต่อไปนี้ คือ

Honda และคณะ⁵ ศึกษาเปรียบเทียบการดูแลแบบดั้งเดิม (convention care) กับ แนวคิด Humanitude ในผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม 3 ราย พบว่า การสบตาอย่างเข้าใจ การพูดอย่างอ่อนโยน และสัมผัสอย่างนุ่มนวล ช่วยลดอาการก้าวร้าวในผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อมและยอมรับการดูแลได้

Levy-Storms⁶ ศึกษาการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบที่ตีพิมพ์ใน 13 วารสารตั้งแต่ปี ค.ศ. 1999 ถึง ค.ศ. 2006 ในการอบรมพยาบาลในการดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม พบว่าการสื่อสารด้วยวาจาและไม่ใช้วาจา (verbal and non-verbal communication) ได้แก่ คำถามปลายเปิด (open-ended questions) การพูดทางบวก (positive statement) การใช้สายตา (eye contact) การสัมผัสด้วยความจริงใจ (affective touch) และการยิ้ม (smiling) ทำให้ผู้ที่มีภาวะสมองเสื่อมมีคุณภาพชีวิตดีขึ้น

Kumarappah และคณะ⁷ ทบทวนการศึกษาเรื่องพลังสัมผัส (therapeutic touch, TT) ที่ตีพิมพ์ใน 5 วารสารตั้งแต่ปี ค.ศ. 2010 - 2015 พบว่าช่วยลดอาการกระสับกระส่ายในผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อมได้และจากการศึกษาของ Millán-Calenti⁸ พบว่าพลังสัมผัสยังช่วยลดอาการทางกายที่ไม่รุนแรง (physical nonaggressive behaviors) ในเรื่องการก้าวเท้า (pacing) การเคลื่อนไหวซ้ำ ๆ (repetitious movement) และอาการไม่สงบ (restlessness)^{8,9} ได้

สรุป

Humanitude เป็นแนวคิดที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดูแลผู้สูงอายุสำหรับผู้ให้การดูแล โดยการสร้างสัมพันธภาพระหว่างผู้ให้การดูแลกับผู้ได้รับการดูแล โดยวิธีการใช้คำพูด สายตา และการสัมผัส เพื่อให้เกิดความเชื่อมั่นและไว้วางใจกันในการดูแล ซึ่งสามารถนำมาใช้ในการให้การพยาบาลโดยตรง หรือการให้ความรู้และฝึกอบรมผู้ดูแลในการดูแลผู้สูงอายุภาวะสมองเสื่อมเพื่อเพิ่มคุณภาพของการดูแล ซึ่งสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการดูแลผู้ที่มีความพร้อมอื่นๆ และเป็นแนวคิดที่ยังต้องการศึกษาวิจัยพัฒนาเป็นหลักฐานเชิงประจักษ์เพิ่มขึ้น

เอกสารอ้างอิง

1. Phaneuf M. The concept of humanitude as applied to general nursing care. [Internet]. [cited 2016 November 14] Available from: www.infiressources.ca/.../the_concept_of_humanitude.
2. Obara S. Elder care with human touch. [Internet]. [cited 2016 June 10] Available from: <http://www.japantimes.co.jp/news/2013/11/20/national/elder-care-with-a-human-touch/>.
3. Institute Gineste-Marescotti. Methodology of Care. [Internet]. [cited 2016 June 10] Available from: <http://www.igm-usa.com/patient-wellbeing/>.
4. Zemlin C. Transfer and implementation of knowledge and attitude – a particular challenge for caregivers in dementia care. *Journal of Nursing Education and Practice* 2014; 4(1).
5. Honda M, Ito M, Ishikawa S, Takebayashi, Tiernery Jr L. Reduction of behavioral psychological symptoms of dementia by multimodal comprehensive care for vulnerable geriatric patients in an acute care hospital: a case series. Hindawi Publishing Corporation Case Reports in Medicine. 2016.
6. Levy-Storms L. Therapeutic communication training in long-term care institutions: recommendations for future research. *Patient Educ Couns* 2008; 73(1): 8–21.
7. Kumarappah A, Senderovich H. Therapeutic touch in the management of responsive behavior in patients with dementia. *Adv Mind Body Med* 2016 Fall; 30(4): 8–13.
8. Millán-Calenti JC, Lorenzo-López L, Alonso-Búa B, de Labra C, González-Abraldes I, Maseda A. Optimal nonpharmacological management of agitation in Alzheimer's disease: challenges and solutions. *Clin Interv Aging* 2016; 11:175–84.
9. Woods DL, Beck C, Sinha K. The effect of therapeutic touch on behavioral symptoms and cortisol in persons with dementia. *Forsch Komplementmed* 2009; 16(3): 181–9.

Humanitude: Application in Caring for Older Persons with Dementia

Kannika Supachai¹, MNS (Adult Nursing)

Abstract: This article presents humanitude concepts and its' application in caring for older persons with dementia. Humanitude is a concept of care using speech, eye contact, and touch to promote relationship and trust in care. The evidences of the application of humanitude in caring for older persons with dementia from other countries are provided. Further application and study of this concept in Thailand are needed.

Thai Journal of Nursing and Midwifery Practice 2017; 4(2): 95-99

Keywords: humanitude, older person care, dementia

¹Professional Nurse, Chulabhorn Hospital