

จดหมายถึงกอง U.K.

ประกาศา วัชรนาถ

หัวหน้างานการพยาบาลวิกฤตอายุรกรรม ศูนย์การแพทย์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี มศว.

Music therapy ในผู้ป่วยระยะสุดท้ายของชีวิต

เรียน กองบรรณาธิการ วารสารเวชบำบัดวิกฤต

เนื่องด้วยทางฝ่ายการพยาบาล ศูนย์การแพทย์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี มศว.มีนโยบายที่ชัดเจนที่ต้องการจะพัฒนาระบบการดูแลผู้ป่วยในให้ครอบคลุมในทุก ๆ แง่มุม โดยเฉพาะในด้านของ psychosocial และ spiritual ซึ่งบ่อยครั้งมักถูกมองข้ามความสำคัญไป ทางแผนกการพยาบาลวิกฤตอายุรกรรมจึงได้จัดตั้งโครงการที่เรียกว่า Music therapy ในผู้ป่วยระยะสุดท้ายของชีวิตขึ้น ซึ่งในเบื้องต้นถือว่าดำเนินการไปได้ด้วยดีและได้รับความชื่นชมจากผู้ป่วยและญาติเป็นจำนวนมาก ทางคณะทำงานในโครงการจึงได้จัดทำข้อมูลในโครงการนี้ขึ้นเพื่อแบ่งปันประสบการณ์ในการดำเนินงานด้านนี้ เราเชื่อด้วยความบริสุทธิ์ใจว่ายังมีสถานพยาบาลอีกเป็นจำนวนมากที่ทำงานด้านนี้อย่างแข็งแกร่งและซ้ำของกว่าเรา ในขณะเดียวกันก็มีสถานพยาบาลอีกจำนวนไม่น้อยที่ยังไม่ได้เริ่มงานด้านนี้เลย เราจึงขอเป็นส่วนหนึ่งในการปลุกเร้าให้สถานพยาบาลต่าง ๆ ตื่นตัวใน ด้านนี้ให้มากขึ้น

“ความตายเป็นสิ่งเดียวที่มนุษย์ทุกคนมีอาจหลีกเลี่ยงได้ ไม่ว่าจะเป็นยากดีมีจนเพียงใด หรือนับถือศาสนาใดก็ตาม แต่ในช่วงเวลา ก่อนที่การตายจะเกิดขึ้นนั้น ผู้ป่วยจำนวนมากต้องทนทุกข์ทรมานจากอาการของโรคต่าง ๆ ที่รุมเร้า รวมไปถึงความวิตกกังวลถึงเรื่องต่าง ๆ นานาที่ผุดขึ้นในจิตใจ ทำให้เกิดความทรมาน และเพิ่มพูนความทุกข์ทรมานทางกายให้ยิ่งขึ้นไปอีก ในขณะที่ญาติสนิทมิตรสหายต่าง ๆ ก็ทุกข์และเศร้าใจไปกับความสูญเสียที่กำลังจะเกิดขึ้นในเวลาอันใกล้ บางรายอาจถึงกับตกใจ เตรียมกายเตรียมใจไม่ถูกเลยทีเดียว เหตุการณ์เหล่านี้เกิดขึ้นซ้ำแล้วซ้ำอีก ใน I.C.U. จนดูเหมือนเป็นเรื่องธรรมดา แต่หากพิจารณาให้เห็นถึงต้นตอแห่งปัญหานี้จะเห็นได้ว่าเป็นเหตุการณ์ที่ปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้น หรือป้องกันมิให้เกิดขึ้นก็ได้ หอผู้ป่วยเวชบำบัดวิกฤต มศว.จึงได้พยายามคิดหาแนวทางในการช่วยให้ครอบครัวของผู้ป่วยและตัวผู้ป่วยที่กำลังจะจากไปเหล่านี้รู้สึกสบายใจ คลายความเครียดและวิตกกังวล พร้อมกับยอมรับในการสูญเสียที่กำลังคืบคลานเข้ามามากขึ้นเรื่อย ๆ ได้ แนวทางหนึ่งนั้นอาศัยหลักการ

ฟัง การรับฟังผู้ป่วยและญาติอย่างเข้าใจและเต็มเปี่ยมด้วยความเห็นอกเห็นใจ นอกจากนี้ การจัดให้ผู้ป่วยและญาติได้รับฟังแต่สิ่งที่สบาย ๆ และช่วยให้จิตสงบก็มักจะทำให้ผู้ป่วยมีสภาพจิตใจที่ดีขึ้น ดังจะเห็นได้จากการศึกษาโดยคณะของเราซึ่งทำการสำรวจในผู้ป่วยจำนวน 20 คน โดยมีอายุระหว่าง 65-85 ปี พบว่า ร้อยละ 50 อยากฟังธรรมชาติ ร้อยละ 23 อยากฟังเพลงสุนทราภรณ์ และ ร้อยละ 7 อยากให้เปิดเพลงบรรเลง ร้อยละ 34 ชอบเพลงลูกทุ่ง ส่วนที่เหลืออยากอยู่เงียบ ๆ โดยไม่ต้องการฟังอะไรเลย ทางหอผู้ป่วยเวชบำบัดวิกฤต มศว.จึงพิจารณาให้นำเอาเสียงเพลงหรือธรรมชาติมาช่วยในการดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย เราพบว่าเมื่อเปิดเสียงธรรมชาติให้แก่ผู้ป่วยและญาติรับฟังในห้อง ภายใน 2 ชั่วโมงหลังจากนั้น ร้อยละ 10 ของผู้ป่วยจะสงบลงทันที ในขณะที่ร้อยละ 20 ของผู้ป่วยจะร้องไห้โดยไม่ทราบสาเหตุ ส่วนที่เหลือไม่เกิดการเปลี่ยนแปลงภายนอกให้เห็น ทางหอผู้ป่วยเวชบำบัดวิกฤต มศว.จึงได้จัดโครงการใช้เสียงเพลงในผู้ป่วยระยะสุดท้าย สำหรับผู้ป่วยที่พักรักษาตัวอยู่ที่ I.C.U. อายุรกรรม โดยตลอดระยะเวลาที่ดำเนินการกว่า 2 ปีที่ผ่านมา เราได้รับคำชื่นชมเป็นจดหมายมากกว่า 300 ฉบับ และอีกหลายพันคำพูดจากผู้ป่วยและญาติที่ชื่นชมและขอบคุณเรา ครอบครัวหนึ่งบอกกับเราว่า “อยากมานอนเล่นที่ I.C.U. จังเลย มีเพลงเพราะ ๆ ฟัง รู้สึกมีความสุขและอบอุ่น” หลายสิบครอบครัวก็มาขอบคุณเราที่เปิดธรรมชาติให้แก่คุณพ่อและคุณแม่ของเรอฟังในยามคับขันของชีวิต ในขณะที่อาจารย์แพทย์ก็รู้สึกดีอีกด้วย มีชีวิตชีวามากขึ้นเมื่อได้ยินเพลงจังหวะเด่นร่า ถึงกับบอกเราว่า “หายเหนื่อยเลย เมื่อได้ยินเพลงนี้”

สำหรับผู้ป่วยที่นับถือศาสนาอิสลามนั้น หากดูผิวเผินแล้วอาจมีแนวทางที่แตกต่างกันไป ด้วยข้อจำกัดทางศาสนา แต่แท้จริงแล้วก็อยู่บนหลักการเดียวกัน โดยในช่วงระยะสุดท้ายของชีวิตผู้ป่วยนั้น ญาติ ๆ จะชวนผู้ป่วยกลับบ้าน จากนั้นญาติ ๆ จะรวมกันพร้อมหน้าเพื่อสวดพระมหาคัมภีร์อัลกุรอาน เพราะเชื่อว่าผู้ที่ได้รับฟังจะได้บุญ เช่นเดียวกันกับผู้ที่อ่านให้ฟังก็จะได้รับบุญด้วย ซึ่งหากพิจารณาอย่างถี่ถ้วนแล้ว เสียงสวดมนต์จากพระมหาคัมภีร์อัลกุรอาน ก็ไม่แตกต่างไปจากเสียงเพลงที่ทำให้ผู้ป่วยสงบลงและมีจิตน้อมรับกับการสูญเสียเช่นกัน ดังนั้น ไม่ว่าจะเป็นผู้ป่วยชาติใด ศาสนาใด เสียงดนตรี ธรรมชาติหรือเสียงสวดมนต์ต่าง ๆ เหล่านี้แม้ภายนอกจะเป็นแค่เสียง แต่เมื่อเปิดออกมาแล้วจะเกิดคุณูปการต่อทุกฝ่าย จึงอาจกล่าวได้ว่านี่คือดนตรีบำบัดอย่างแท้จริง เพราะมีได้บำบัดแต่ผู้ป่วยเพียงอย่างเดียว แต่นำไปถึงผู้เปิด ผู้ร่วมงานและญาติ ๆ ของผู้ป่วยอีกด้วย ดังนั้น เพียงแค่เสียงดนตรีหรือธรรมะก็ก่อให้เกิดความรู้สึกสุขสบายใจได้แก่ทุก ๆ คน และยังสามาถโน้มนำให้ผู้ป่วยเกิดความรู้สึกสงบทางจิตใจเพื่อไปสู่สัจธรรมในสัจปรายภพข้างหน้าได้อีกด้วย”.

