ปกิณกะ

ประสบการณ์ ความประทับใจ และความสำเร็จ “พยาบาลเฉพาะทาง สาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ”

พุทธชาติ ใจกาศ*

เมื่อได้รับโอกาสการเข้าอบรมหลักสูตรการพยาบาลเฉพาะทาง สาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ ในปีพ.ศ. 2559 ณ คณะพยาบาลศาสตร์ โรงพยาบาลศิริราช มหาวิทยาลัยมหิดล แดงตั้งใจจะทำหน้าที่ให้ดีที่สุด ท่ามกลางความกังวลของตนเอง ทั้งเรื่องที่คิดว่าตนเองไม่เก่งและไม่เคยเดินทางออกจากโรงพยาบาลวชิรพยาบาลนาน 4 เดือน แต่ความกังวลทุกอย่างหายไปเมื่อพี่นัฐ หัวหน้าหอผู้ป่วยเพชรรัตน์ 12 B กล่าวว่า “แดงไปเรียนให้สนุก เปิดโลกทัศน์ตัวเอง เจอเพื่อนๆหลากหลาย เพื่อเราจะได้มีมุมมองใหม่ๆ ไปดูที่อื่นเขาทำอะไรกันบ้าง ไปให้ได้เพื่อนกลับมา”



เช้าวันพฤหัสบดีที่ 1 ธันวาคม 2559 เปิดเรียนวันแรก โชคดีจังได้ไปอบรมพร้อมกับเพื่อนวิกานดา พยาบาลหอผู้ป่วยออร์โธปิดิกส์หญิง เมื่อเดินทางถึงห้องเรียน 501 บรรยากาศในห้องเรียนจัดเก้าอี้เป็นแถว ให้ผู้นั่งเขียนชื่อ-สกุล ชื่อโรงพยาบาลแล้วติดไว้ที่เก้าอี้ เพื่อกิจกรรมสร้างสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนๆ 30 คน และรองศาสตราจารย์พัสมณฑ์ คุ้มทวีพร ที่ปรึกษาตลอดหลักสูตรการพยาบาลเฉพาะทาง สาขาการพยาบาลผู้สูงอายุรุ่นที่ 45

สัปดาห์ที่ 2 เริ่มต้นด้วยการเรียนวิชานโยบายสุขภาพและการพยาบาล ร่วมกับการจัดกิจกรรมนันทนาการแทรกการสอนสุขศึกษา งานแรกของกลุ่มยังตีโจทย์ที่อาจารย์ให้มาไม่แตก แต่สมาชิกในกลุ่มไม่ท้อ คราวหน้าเราต้องทำได้ดีกว่านี้ ตามประโยคอาจารย์ที่กล่าวเสมอ “ไม่ว่าจะเกิดอะไรขึ้นก็ตาม พวกเธอจะต้องผ่านมันไปได้”

สัปดาห์ที่ 3 เรียนการประเมินภาวะสุขภาพในผู้สูงอายุและการพยาบาลผู้สูงอายุในภาวะสุขภาพดี การตรวจร่างกาย โดยจับคู่กับเพื่อนวิกานดาสลับกันเรียนรู้และสอบการตรวจร่างกาย

สัปดาห์ที่ 4 เริ่มเตรียมกลุ่มสัมมนาในหัวข้อ elder abuse and management in elderly สมาชิกกลุ่มแบ่งหน้าที่การหาข้อมูลและนำเสนอ โดยแดงรับหน้าที่พิธีกร รวมทั้งค้นหาหลักฐานเชิงประจักษ์ทั้งเพื่อสัมมนากลุ่มตนเองและร่วมสัมมนากลุ่มเพื่อนๆ

---

*พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ หอผู้ป่วยเพชรรัตน์ 12 B โรงพยาบาลวชิรพยาบาล

สัปดาห์ที่ 5 สัปดาห์นี้เป็นสัปดาห์ของการนำเสนองานสัมมนา 5 กลุ่มที่มีความแตกต่างกันทั้งหัวข้อ วิธีการนำเสนอ และข้อเสนอแนะของอาจารย์ ทำให้ได้เรียนรู้หลายๆอย่าง และคิดว่าสัมมนาครั้งหน้าต้องหาหลักฐานเชิงประจักษ์ระดับที่ดีกว่านี้ สัปดาห์นี้ปิดตัวด้วยความสุขทั้งจากบรรยากาศสัมพันธภาพระหว่างเพื่อนที่มีความรัก ความเข้าใจ และความสามัคคีของทุกคนในการสัมมนา และการจัดงานฉลองต้อนรับปีใหม่ ทุกคนมีความสุข สนุกสนาน และแลกของขวัญกัน

สัปดาห์ที่ 6 เริ่มต้นการเรียนปีนี้ด้วยวิชาการประเมินภาวะสุขภาพในผู้สูงอายุและวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุในภาวะเจ็บป่วย

สัปดาห์ที่ 7 ได้มีโอกาสเข้าร่วมการประชุมวิชาการ “120 ปี การพยาบาลไทย พลิกโฉมสุขภาพสังคม” เนื่องในวาระที่คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ครบรอบ 120 ปี จากการเข้าร่วมการประชุมครั้งนี้ทำให้เข้าถึงบทบาทสำคัญของพยาบาลในการช่วยให้ผู้ป่วยพ้นทุกข์จากการเจ็บป่วย และเกิดแรงบันดาลใจในการพัฒนาตนเองต่อไป

สัปดาห์ที่ 8 เป็นสัปดาห์ของการดูงานที่ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุบางขุนนนท์ นักศึกษาแต่ละกลุ่มนำผู้สูงอายุทำกิจกรรมภายใต้ข้อกำหนดที่ว่า “ผู้สูงอายุแต่ละท่านที่มาร่วมในโครงการนี้มีความรู้จะสอนหรือแนะนำอะไร ต้องรู้มากกว่าเขานะ”



สัปดาห์ที่ 9 - 12 เป็นสัปดาห์ที่เข้มข้นไปด้วยการนำเสนอโครงการและการสัมมนา กลุ่มแดงนำเสนอโครงการเรื่อง dementia และการสัมมนาหัวข้อ incontinence in elderly บรรยากาศการนำเสนอของแต่ละกลุ่มผ่านไปด้วยดี สนุกสนานด้วยการทดลองทำท่าขมิบก้น จนได้รับคำชม ทุกกลุ่มได้เรียนรู้การบริหารจัดการคน เวลา และอุปสรรคต่างๆเพื่อให้เกิดความสำเร็จตามเป้าหมาย

สัปดาห์ที่ 13 – 14 เป็นช่วงเวลาของการสอบและขึ้นฝึกปฏิบัติการพยาบาลผู้สูงอายุในภาวะเจ็บป่วย ทุกกลุ่มต้องคิดนวัตกรรมที่นำแบบประเมิน geriatric assessment ไปใช้กลุ่มละ 1 ผลงาน กลุ่มของแดงได้สร้างนวัตกรรมชื่อว่า “3P: protection pressure sore paper” เพื่อการฟื้นหายของแผลกดทับโดยป้องกันอุจจาระหรือปัสสาวะปนเปื้อนแผลกดทับ ผลการนำร่องการนำไปใช้พบว่าป้องกันได้ถึงร้อยละ 80







วันที่ 16 มีนาคม 2560 เป็นวันตลาดนัดนวัตกรรม ที่มีการพิจารณาให้รางวัลนวัตกรรมดีเด่น แดงและเพื่อนๆตื่นเต้นมากเพราะมีผู้คนหลากหลายเข้ามาเยี่ยมชม ทั้งอาจารย์แพทย์และอาจารย์พยาบาลจากภาควิชาต่างๆ ตัวแทนพยาบาลจากหน่วยงานต่างๆ ผู้สูงอายุจากโครงการบางขุนนนท์ นักศึกษาพยาบาลทั้งจากคณะพยาบาลศาสตร์ นักศึกษาแลกเปลี่ยน และครอบครัวของเพื่อนๆ บรรยากาศภายในห้องคล้ายตลาดนัดจริงๆ จากห้องเรียนที่เคยมีแต่เสียงอาจารย์สอน ตอนนี้มีเสียงหลากหลายจากผู้คนมากมายที่เข้าชมตลาดนัดนวัตกรรม ผู้เข้าชมจะได้รับแบงค์ปลอมคนละเท่ากัน หากผู้เข้าชมชื่นชอบนวัตกรรมชิ้นใด สามารถให้คะแนนได้ด้วยการให้แบงค์ปลอม เมื่อตลาดนัดปิดตัวลง อาจารย์ได้ประกาศผลนวัตกรรมที่ได้คะแนนรางวัลชนะเลิศ ได้แก่ นวัตกรรมเรื่อง 3P: protection pressure sure paper เย้ๆๆๆๆๆๆ ดีใจสุดๆ

สัปดาห์สุดท้ายเป็นสัปดาห์การดูงาน แต่ละสถานที่ที่ไปล้วนมีคุณภาพเพื่อผู้สูงอายุ ได้แก่ โรงพยาบาลกล้วยน้ำไท บ้านบางแค ศูนย์กายภาพบำบัดโรงพยาบาลศิริราช และโรงพยาบาลสมเด็จพระสังฆราชญาณสังวร จังหวัดชลบุรี รู้สึกชื่นชมผู้บริหารและบุคลากรที่เห็นถึงปัญหาและความสำคัญของผู้สูงอายุ

วันที่ 24 มีนาคม 2560 วันจบการศึกษา “นึกถึงวันแรกอยากให้ถึงวันสุดท้าย พอถึงวันสุดท้ายอยากให้เป็นวันแรก” แดงและเพื่อนๆประทับใจและมีความทรงจำที่ดีตลอดการเรียนหลักสูตรการพยาบาลเฉพาะทาง สาขาการพยาบาลผู้สูงอายุ ความสุขเช่นนี้คงเกิดไม่ได้ ถ้าไม่ได้รับการสนับสนุนทางการศึกษาของฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลวชิรพยาบาล รวมทั้งกำลังใจและกำลังกายในการช่วยเก็บข้อมูลของทีมงานหอผู้ป่วยเพชรรัตน์ 12 B ที่น่ารักทุกคน การกลับมาปฏิบัติการพยาบาลที่โรงพยาบาลวชิรพยาบาลครั้งนี้จึงเปี่ยมไปด้วยพลังและความรู้ที่จะนำมาซึ่งการพัฒนางานดูแลผู้สูงอายุต่อไป



