



# ข่าวประชาสัมพันธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110 ■ โทรศัพท์ 0-2649-5000 ภายใน 15666 ■ โทรสาร 0-259-6172

114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110 โทรศัพท์ 0-2649-5000 ภายใน 15666 โทรศัพท์/โทรสาร 02-259-6172

ส่วนวิเทศสัมพันธ์และสื่อสารองค์กร ได้จัดระบบข่าวสื่อสิ่งพิมพ์ สนใจดูรายละเอียดได้ที่ <http://news.swu.ac.th/newsclips/>

ข่าวจากหนังสือพิมพ์ไทยรัฐ ฉบับวันที่ 5 เดือนตุลาคม พ.ศ.2562 หน้า 1,5 มูลค่าข่าว 689,238.-

**สลับหน้า 1**  
**คิลานธรรมปิดทุกข์**  
**ยื้อชีวิตวาระสุดท้าย**

การใช้ “ธรรมะ” ในรูปแบบ “การ  
 เยียวยาจิตใจ” ★ มีต่อหน้า 5



## สลับหน้า 1



## คิลานธรรมปิดทุกข์ ยื้อชีวิตวาระสุดท้าย

นำกระบวนการจิตวิทยาทำให้คำปรึกษาตามแนว “พุทธ” ในการรักษาจิตวิญญาณด้วยธรรมะ ถูกนำมาใช้ควบคู่กับการแพทย์สมัยใหม่กลายเป็นทางเลือกในการรักษาเยียวยาใจให้กับผู้ป่วยระยะสุดท้ายมากขึ้น ซึ่งเป็นแนวทางการช่วยให้ผู้ป่วยญาติบรรเทาทุกข์ภายในใจ สามารถยอมรับและกล้าเผชิญทุกสิ่งตามความเป็นจริง จุดเริ่มต้นของ “โครงการเยียวยาใจด้วยธรรมะ” ของพระภิกษุสงฆ์จิตอาสาคิลานธรรม ร่วมกับศูนย์การแพทย์ปัญญาเนทันทกฤษ ขอลประทาน ม.ศรีนครินทรวิโรฒ

ถูกนำมาประยุกต์รักษาแก่โรคทางใจกับผู้ป่วยสิ้นหวัง ให้ออกไปอย่างวางใจเพื่อช่วยผ่อนคลายความเครียด ทำจิตใจให้สงบ...มีผลดีต่อสุขภาพร่างกาย อาจสามารถช่วยยื้ออาการของโรคดีขึ้นตามมา...อีกทั้งยังสามารถดูแลจิตใจบุคลากรทางการแพทย์ ผู้ให้การดูแลรักษาด้วยเช่นกัน

มิติแห่งการรักษาทงการแพทย์ควบคู่ไปกับมิติแห่งการเยียวยาใจด้วยธรรมะนั้น พญ.ธันว์รัตน์ อุดมโท โฆษก รองผอ.ฝ่ายสำนักศูนย์การแพทย์ปัญญา-

เนทันทกฤษ ขอลประทาน ให้ข้อมูลว่าในปี 2551 “พระภิกษุสงฆ์” จบหลักสูตรชีวิตและความตายและพุทธจิตวิทยาในระดับปริญญาโท มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ได้รวมตัวกัน

ในนาม “กลุ่มอาสาคิลานธรรม” มีจุดประสงค์ต้องการช่วยเหลือสังคม...ด้วยการเยียวยาจิตใจของผู้ป่วยและญาติ ที่มีทั้งผู้ป่วยที่รู้สึกตัวไม่รู้สึกตัว และผู้ป่วยระยะสุดท้าย ในโรงพยาบาลต่างๆในกรุงเทพฯและปริมณฑล ในการให้ความช่วยเหลือผู้เผชิญภาวะวิกฤติ กำลังประสบความทุกข์ใจ ให้ยอมรับกล้าเผชิญกับความทุกข์ตามความจริงด้วยการสอดแทรกหลักคำสอนทางพระพุทธศาสนามาใช้ให้เกิดกำลังใจที่ดี

ตามหลักการปฏิบัติกลุ่มคิลานธรรม ไม่ใช่เป็นการเทศนาเป็นภาษาบาลี เพราะผู้ป่วยอาจไม่สามารถตีความภาษาหลักธรรมะได้ แต่ใช้วิธีให้คำปรึกษา ทำให้ผู้ป่วยมีความเข้าใจง่ายในการแก้ปัญหาคือความในใจ ทั้งความผิดหวัง ความเสียใจ ความวิตกกังวล ความกลัวที่เกิดจากความคิด...ไม่สอดคล้องกับความเป็นจริง

กระทั่งสามารถมองเห็นเป้าหมายชีวิต สามารถแก้ความทุกข์และปัญหาตนเองได้ นำมาสู่ความสดชื่นร่าเริง กระบวนการนี้คือการเยียวยาใจด้วยธรรมะ เสมือนเป็นที่พึ่งทางใจให้ผู้ป่วยกลืนกลายทุกข์ได้ด้วยตนเอง ให้ออกมาด้วยความจริงของธรรมชาติชีวิต ตามแนวพุทธธรรม นำทางไปสู่ความสงบใจ

กลายเป็น “มิติใหม่” ของการนำหลักคำสอน “พระพุทธศาสนา” มาใช้เชิงรุกด้วย “กระบวนการเยียวยาใจ” อีกทั้งยังสามารถช่วยดูแลจิตใจผู้ป่วยระยะสุดท้ายที่มักเกิดอาการซึมเศร้า

ทั้งผู้ป่วยมะเร็ง ผู้ป่วยเรื้อรังที่มีโรคแทรกซ้อน รวมถึงกลุ่มผู้ป่วยสูญเสียเฉียบพลัน เช่น พิกการ หรือแห้งถูก ให้ออกมาด้วยความจริงควบคู่กับพัฒนาคุณภาพชีวิตตามศักยภาพ

ถ้ามองถึงประสบการณ์ของผู้ปฏิบัติหรือบุคคลผู้ดูแลผู้ป่วย ก็มักสามารถสัมผัสถึงความรู้สึกกันว่า...เวลาผู้ป่วยมะเร็ง หรือผู้ป่วยระยะสุดท้ายได้รับกำลังใจที่ดีมีความสุขทางใจ โดยมากมักทำให้มีอาการป่วยอยู่นั้นดีขึ้นตามมาด้วย และอาจสามารถยื้อระยะเวลาได้สักระยะเวลาหนึ่ง ที่เกิดขึ้นให้เห็นอยู่บ่อยครั้ง...มีบางคนสามารถกลับไปพักฟื้นที่บ้านได้ด้วยซ้ำ

แต่ทั้งหมดนี้ “พระภิกษุสงฆ์อาสาชานาธรรม” จะเข้ามาเยียวยาจิตใจผู้ป่วยได้นั้น ต้องมีคำร้องขอตามรูปแบบงานการประกอบศาสนกิจของฝ่ายสงฆ์ หรือเรียกว่า “กิจนิมนต์” ที่ไม่ใช่ว่า “พระภิกษุสงฆ์” สามารถเข้าโรงพยาบาลแล้วเดินมาหาผู้ป่วยได้ด้วยตัวเอง...

อีกทั้งหลักการปฏิบัติในโรงพยาบาล ต้องยึดกฎระเบียบตามหลักสากลทั่วไป ในเรื่อง “รักษาความลับ” ที่ถือว่าเป็นมาตรฐานแนวทางการปฏิบัติกันของโรงพยาบาล ทำให้กลุ่มอาสาชานาธรรมต้องผ่านการอบรมหลักสูตร “การรักษาความลับผู้ป่วย” ตาม พ.ร.บ.สุขภาพ 2550 และในเรื่องเกี่ยวกับการสัมผัสผู้ป่วย โดยตรงเบื้องต้น ในการป้องกันโรคติดต่อเพื่อเป็นแนวทางให้มีความปลอดภัย ตามหลักสูตรกระทรวงสาธารณสุขเป็นผู้กำหนดมา

“กลุ่มอาสาชานาธรรมมีหลักยึดตาม “จริยธรรมเสมือนเป็นแพทย์” เรื่องเก็บความลับของผู้ป่วยและญาติ ในสิ่งตรวจพบจากตัวคนไข้ หรือคนไข้บอกเล่าให้ทราบ ต้องมีหน้าที่รักษาเป็นความลับไม่เปิดเผยต่อผู้อื่น แต่สามารถเข้าถึงข้อมูลเรื่องสุขภาพ และความลับคนไข้ เพื่อประโยชน์ในการรักษาพยาบาลเท่านั้น” นพ.ธนวัฒน์ ว่า

ที่ผ่านมา... โรงพยาบาลมักเผชิญปัญหาเรื่องการสื่อสาร อารมณ์ และความคาดหวังกับผู้ป่วยที่ไม่ใช่เกิดขึ้นเฉพาะตัวผู้ป่วยแต่ยังสามารถเกิดขึ้นกับตัวบุคลากรด้วยเช่นกัน ทำให้ผู้ป่วยเกิดความขัดแย้งทางใจไม่ตรงเป้าที่คาดหวัง กลายเป็นการร้องเรียนบุคลากรมากมายหลายเรื่อง นำไปสู่คดีความฟ้องโรงพยาบาลอยู่เป็นระยะ

สาเหตุหนึ่งมาจากบุคลากรทางการแพทย์ต้องพบเจอความทุกข์ทั้งของผู้ป่วยและญาติ รวมถึงความทุกข์ของตนเอง มีผลเป็นสภาวะอารมณ์ กระตุ้นสิ่งเร้า จนเกิดความขัดแย้งกับผู้ป่วยขึ้นด้วย ทำให้ต้องหันมาดูแลใจบุคลากรเช่นกัน ในกิจกรรมสนทนากลุ่ม “คลินิกธรรมะรักษาใจ” นำโดยกลุ่มอาสาชานาธรรม ให้สมาชิกในกลุ่มระบายความทุกข์ และรับฟังซึ่งกันและกัน

จนกลายเป็นว่า...ในระยะ 10 ปีที่ผ่านมา การสื่อสาร หรือความคาดหวังของผู้ป่วยดีขึ้นเสมือนเกิดเป็นองค์ความรู้ปรับจูนความขัดแย้งระหว่างบุคลากรและผู้ป่วย ให้เป็นไปในแนวทางที่ดี และมีผล 2-3 ปีที่ผ่านมา...การร้องเรียน...ฟ้องร้อง...ลดน้อยลง

ทั้งนี้ ไม่ได้หมายความว่า...โรงพยาบาลนำพระสงฆ์มาเป็นเกราะป้องกันเรื่องการฟ้องร้องจากผู้ป่วย แต่เพราะทุกฝ่ายเข้าใจซึ่งกันและกัน เช่น ผู้ป่วยและญาติ ก็มีความเข้าใจกับโรคที่กำลังเผชิญอยู่ มีมุมมองเรื่องราว

การรักษาผู้ป่วยระยะสุดท้ายดีมาก...ด้วยการใช้ “ธรรมะเป็นสื่อกลาง” ทำให้การร้องเรียนและฟ้องร้องน้อย...

ปัจจุบันมีผู้ป่วยมาใช้บริการด้านสุขภาพลักษณะผู้ป่วยนอกประมาณ 4 แสนคนต่อปี หรือวันละ 1,500 คนต่อวัน สำหรับผู้ป่วยใน มีเตียงผู้ป่วยทั้งหมด 400 เตียง อัตราผู้ป่วยในประมาณ 70 เปอร์เซ็นต์ ในจำนวนนี้มีผู้ป่วยเรื้อรังผู้ป่วยมะเร็ง เข้าระบบการรักษาเยียวยาจิตใจด้วยธรรมะที่เกิดผลลัพธ์ในทางดีเพิ่มขึ้น

เรื่องนี้มีผลชีวิตเป็นเชิงตัวเลขถึงความพึงพอใจและอัตราการเข้า หรือความเจ็บปวดของผู้ป่วยลดลง สามารถอยู่ได้ตามสภาพอาการที่เป็นอยู่ เพราะโรคบางโรคไม่มีโอกาสรักษาหาย...ย่อมมีสภาวะความเจ็บปวดทางใจ มีผลให้เกิดการเจ็บปวดทางกายตามมา

นั่นหมายความว่า... “หากผู้ป่วยมีจิตใจสงบเกิดความสุขทางใจ...ย่อมเป็นการบรรเทาความเจ็บปวดให้กับบาดแผลของโรคทางกายได้ด้วย” ...ในการอนาคตอาจต้องการเก็บข้อมูลความทนทุกข์ทางด้านอื่นเพิ่มเติมด้วย

ยกตัวอย่าง...หากพูดถึง “โรคมะเร็ง” โดยเฉพาะผู้ป่วยมะเร็งปอดระยะสุดท้าย อาจสามารถอยู่รอดได้อีกประมาณ 4-6 เดือนแม้ว่ามียาวิเศษแค่ไหน ก็ยื้อระยะเวลาไม่ได้ เคยมีผู้ป่วยที่ผ่านการ “เยียวยาด้วยธรรมะ” กลับสามารถลดความเจ็บปวด หรือความทรมาน และความหวังกังวลน้อยลง หรือเรียกว่า “คุณภาพชีวิตที่เหลืออยู่ ให้เกิดเป็นความสุขมากขึ้น” แต่การพยากรณ์ความอยู่รอดของโรคมะเร็งยังคงเดิม

ตามหลักผู้ป่วยที่มีกำลังใจดี สามารถสร้างร่างกายในการต่อสู้ชีวิตนั้น ที่ผ่านมายังไม่มีผลพิสูจน์เชิงทวารสาร หรือเชิงสถิติทางการแพทย์ชีวิตเป็นที่แน่ชัดเจนในเรื่องนี้แต่ทางวิทยาศาสตร์เคยมีผลการศึกษาทางอ้อมอาจมีผลให้เกิดความต้านทานของร่างกาย ทำให้สามารถสู้กับเซลล์มะเร็งดีขึ้นได้

ถ้ามองถึงประสบการณ์ของผู้ปฏิบัติ หรือบุคคลผู้ดูแลผู้ป่วย ก็มักสามารถสัมผัสถึงความรู้สึกกันว่า...เวลาผู้ป่วยมะเร็งหรือผู้ป่วยระยะสุดท้ายได้รับกำลังใจที่ดี มีความสุขทางใจ โดยมากมักทำให้มีอาการป่วยอยู่นั้นดีขึ้นตามมาด้วย และอาจสามารถยื้อระยะเวลาได้สักระยะหนึ่ง ที่เกิดขึ้นให้เห็นอยู่บ่อยครั้ง...มีบางคนสามารถกลับไปพักที่ในบ้านได้ด้วยซ้ำ

“ธรรมะ” คือ “ยาดี” ด้วยวิธีการอาศัยพิธีกรรมเป็นตัวเชื่อม “ศรัทธา” ในการช่วยเติมเต็มความเชื่อมั่น...ยอมรับความจริง กลายเป็น “ความสุข” ที่ต้องจากไปอย่างมีคุณภาพ.