



การดูแล ผู้ป่วยระยะสุดท้าย

บทความโดย
รศ. นพ.ฉันทาย ลิทธิพันธุ์
ภาควิชาอายุรศาสตร์
คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

แนวทางการดูแลผู้ป่วย ในช่วงระยะสุดท้ายของชีวิต

ชีวิตของพวกเราทุกคน เริ่มต้นจากการเกิด เติบโตขึ้น เมื่อถึงจุดสูงสุดก็จะเริ่มมีการเสื่อมลงตามวัยและสภาพร่างกาย เมื่อมีการเจ็บป่วยเกิดขึ้น ภาวะเสื่อมลงของสุขภาพก็จะเป็นมากขึ้น จนถึงจุดหนึ่งเมื่ออวัยวะสำคัญในร่างกายไม่สามารถทำงานต่อไปได้ บุคคลผู้นั้นก็จะเสียชีวิตลง การรักษาทางการแพทย์ในปัจจุบันก็มีจุดมุ่งหวังที่จะพยายามป้องกัน (prevention) และรักษาความผิดปกติที่เกิดขึ้น (cure) เพื่อผู้ที่รับการรักษาสามารถอยู่ได้อย่างมีคุณภาพชีวิตที่ดี (good quality of life) อย่างยาวนานที่สุด แต่แม้ว่าความรู้ทางการแพทย์จะมีการพัฒนาไปอย่างมาก แต่ทุกคนก็ไม่สามารถจะมีชีวิตอยู่ตลอดไปได้ ในช่วงสุดท้ายของชีวิตทุกคนก็จะมีอาการเสื่อมลงของสุขภาพจนทำให้มีคุณภาพของชีวิตลดลงและเสียชีวิต ดังนั้นการดูแลผู้ป่วยจึงไม่สามารถเน้นที่มีจุดประสงค์ที่จะทำให้ผู้ป่วย “หายไ้” แต่เพียงอย่างเดียวได้ แต่ต้องเน้นการดูแลที่ทำให้ผู้ป่วยที่มีโรคหรือความเสื่อมที่ไม่สามารถแก้ไขได้แล้ว สามารถ “ตายดี” ได้ด้วยหรืออยู่อย่างมีคุณภาพชีวิตที่ดีที่สุดจนถึงวาระสุดท้ายของชีวิต

อะไรคือการตายดี (good death)

ถ้าลองถามตัวเองหรือคนรอบข้างว่าอะไรคือการตายดี
อาจจะมีคนหลายๆ คนที่ไม่เคยคิดถึงเรื่องนี้มาก่อนเลย
แต่ในคนที่คิด คำตอบที่เรามักจะได้ยินเป็นส่วนมากคือ
ไม่อยากทรมาน อยากนอนหลับแล้วเสียชีวิตไปแล้ว ไม่อยากเป็น
ภาระให้คนรอบข้าง และอาจต้องการแตกต่างกันตามความเชื่อ
เช่น ในศาสนาพุทธ ผู้ที่ปฏิบัติธรรมก็มักจะอยากมีจิตสุดท้าย
ที่นึกถึงสิ่งที่ดี ๆ ก่อนจะจากไป แต่ถ้าจะให้สรุปออกมากว้างๆ
คงจะพอสรุปความหมายของการตายดีได้คือ

ไม่ควรได้รับ....

ไม่ควรได้รับความทุกข์ ทรมาณ ทั้งทางกายและใจโดยไม่จำเป็น

ความทุกข์ทางกาย เช่น อาการเจ็บปวด อาการ
เหนื่อย เป็นสิ่งที่อาจเกิดขึ้นกับผู้ป่วยก่อนที่จะ
เสียชีวิต การรักษาที่เหมาะสมจะสามารถช่วยบรรเทา
สิ่งเหล่านี้ลงได้ และเป็นขั้นตอนพื้นฐานในการดูแล
ผู้ป่วยที่อยู่ในระยะสุดท้าย

ควรมีการเตรียมตัวของผู้ป่วย และญาติให้พร้อม

การที่ผู้ป่วยและญาติมีความเข้าใจเรื่องโรค
และการดำเนินโรค จะทำให้สามารถวางแผนใน
การใช้เวลาที่เหลืออยู่ให้มีค่าที่สุด บางครั้ง
สามารถใช้เวลาดังกล่าวระดมสมองปัญหาต่าง ๆ ที่มี
อยู่ให้ดีขึ้นได้

ควรตอบสนองความต้องการ ทางจิตวิญญาณ ความเชื่อ ของผู้ป่วยและญาติ

ความเชื่อมั่นและศรัทธาของผู้ป่วยที่มีต่อสิ่งที่ผู้ป่วยให้
ความสำคัญ เคารพ นับถือ จะเป็นส่วนที่ช่วยให้ผู้ป่วยและ
ญาติมีสิ่งยึดเหนี่ยวและก้าวผ่านช่วงเวลาที่ยากลำบากไป
ได้ สิ่งเหล่านี้มีความแตกต่างกันในแต่ละบุคคล และเป็น
สิ่งสำคัญที่ผู้ที่เกี่ยวข้องกับการดูแลผู้ป่วยต้องทราบและให้
ความสำคัญ

ไม่ควรได้รับการรักษาที่ไม่จำเป็นหรือ ทำให้เกิดความทุกข์ทรมานมากขึ้น

การรักษาทางการแพทย์ปัจจุบันสามารถมีอุปกรณ์ยืดชีวิตผู้ป่วย
ออกไปได้ โดยใช้อุปกรณ์ที่ทำงานแทนอวัยวะที่สูญเสียการทำงาน
เช่น การใส่เครื่องช่วยหายใจในผู้ป่วยที่มีภาวะการหายใจล้มเหลว
การฟอกไตในผู้ป่วยที่มีภาวะไตวาย การรักษาเหล่านี้จะมีประโยชน์
ถ้าผู้ป่วยมีโอกาสรอดชีวิตที่โรครที่เป็นจะดีขึ้นหรือหายไปปกติ แต่การใช้
อุปกรณ์เหล่านี้อย่างไม่เหมาะสม ก็อาจเป็นการเพิ่มความทุกข์
ทรมานให้กับผู้ป่วยโดยไม่จำเป็น

ควรให้การดูแลผู้ป่วย ในระยะสุดท้ายของชีวิตอย่างไร

ผู้ป่วยในระยะสุดท้าย (end of life) หมายถึงผู้ป่วยที่การรักษาเฉพาะไม่สามารถหวังให้ผู้ป่วยหายจากโรคได้และผู้ป่วยจะมีโอกาสเสียชีวิตในเวลาไม่นาน (มักประมาณว่าไม่เกิน 6 เดือน)และยังรวมถึงผู้ป่วยที่มีการเจ็บป่วยเรื้อรังรุนแรงที่ทำให้ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองหรือสื่อสารกับบุคคลรอบข้างได้ การรักษาผู้ป่วยในกลุ่มนี้จะมุ่งเน้นที่การดูแลให้ผู้ป่วยมีความทุกข์ทรมานทางร่างกายให้น้อยที่สุด และสนองความต้องการทางจิตวิญญาณ ความเชื่อ ประเพณีวัฒนธรรมของผู้ป่วยและญาติ โดยเน้นการให้การดูแลแบบประคับประคอง (palliative care) เพื่อให้ผู้ป่วยและญาติ มีคุณภาพชีวิตที่ดีที่สุดในช่วงสุดท้ายของชีวิต โดยแนวทางการดูแลที่เหมาะสมในผู้ป่วยกลุ่มนี้จะประกอบด้วยขั้นตอนที่สำคัญคือ

การวินิจฉัยที่ถูกต้องและความเข้าใจ ในการดำเนินโรคของผู้ป่วย

การจะบอกว่าผู้ป่วยรายใดจะไม่มีโอกาสรักษาให้หายได้
แล้ว แพทย์ผู้ดูแลต้องให้ความมั่นใจกับผู้ป่วยและญาติ
ถึงการวินิจฉัย แนวทางการรักษาที่เป็นไปได้และแนว
ทางการดำเนินของโรค เพื่อให้ผู้ป่วยและญาติจะได้เข้าใจ
ได้ว่าควรจะพิจารณาดูแลต่ออย่างไร ผู้ป่วยและญาติ
ควรจะซักถามแพทย์ผู้ดูแลเพื่อให้มีความเข้าใจที่ถูกต้อง
ตรงกันเกี่ยวกับการวินิจฉัยและแนวทางการดูแลผู้ป่วย

สิ่งที่มีักจะเป็นประเด็น.....

การวินิจฉัยที่ถูกต้องและความเข้าใจ ในการดำเนินโรคของผู้ป่วย

สิ่งที่มีมักจะเป็นประเด็นคือคำถามที่ว่าควรบอกผู้ป่วยหรือไม่ถ้าทราบว่าเป็นโรคที่รักษาไม่หาย ซึ่งญาติๆ ส่วนหนึ่งมักจะไม่อยากให้แพทย์แจ้งให้ผู้ป่วยทราบถึงการวินิจฉัยโดยเฉพาะถ้าเป็นโรคที่รักษาไม่หาย เช่น มะเร็ง เนื่องจากกลัวว่าผู้ป่วยจะหมดกำลังใจทำให้มีอาการที่ทรุดลงกว่าเดิม แต่จริง ๆ แล้ว การบอกให้ผู้ป่วยทราบข้อมูลเกี่ยวกับการเจ็บป่วยของตนเองจริงก็เป็นสิ่งที่สำคัญและนับเป็นสิทธิของผู้ป่วยที่ควรจะทราบอาการเจ็บป่วยของตนเอง เพื่อที่จะสามารถร่วมตัดสินใจแนวทางการรักษาได้ แต่แนวทางการแจ้งข่าวร้ายดังกล่าว ก็ควรจะมีวิธีการและขั้นตอนการสื่อสารที่เหมาะสม การให้ข้อมูลกับผู้ป่วยอย่างเป็นระบบจะดีกว่าการปล่อยให้ผู้ป่วยไปทราบเองระหว่างการรักษา (โดยปกติผู้ป่วยก็มักจะทราบอยู่แล้ว เมื่อมารับการรักษาอย่างต่อเนื่องหรือเมื่ออาการของโรคดำเนินไปมากขึ้น) จากประสบการณ์ที่พบผู้ป่วยที่ได้รับทราบข่าวร้าย ถ้ามีการให้ข้อมูลที่เหมาะสม มีการวางแผนแนวทางการรักษาที่ชัดเจน และมีการประคับประคองจากญาติ ผู้ป่วยจะสามารถปรับตัวได้และเป็นผลดีต่อการดูแลต่อเนื่องในอนาคต

การวางแผนการรักษาที่เหมาะสมให้กับผู้ป่วย

เนื่องจากเป้าหมายในการรักษาผู้ป่วยในระยะสุดท้าย เปลี่ยนไปจากการรักษาให้หายขาดเป็นการรักษาที่มุ่งเน้นคุณภาพชีวิตที่ดีที่สุดของผู้ป่วยเป็นหลัก การวางแผนร่วมกันระหว่างแพทย์ผู้ดูแล ผู้ป่วยและญาติจะมีความสำคัญมาก ญาติของผู้ป่วยจะมีส่วนสำคัญมากในการช่วยตัดสินใจให้ผู้ป่วยในกรณีที่ผู้ป่วยไม่สามารถตัดสินใจได้ด้วยตนเอง หลักการสำคัญของการดูแลคือการเลือกการรักษาที่เหมาะสมให้กับผู้ป่วย เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ของการรักษาคือเพิ่มคุณภาพชีวิต คือการรักษาที่ทำให้ผู้ป่วยสบายขึ้น ไม่ทนทุกข์ทรมาน แต่การรักษาที่มุ่งเน้นเพียงแต่จะประคองชีวิตต่อไปให้นานที่สุด อาจเป็นการสร้างความทรมานให้ผู้ป่วยโดยไม่จำเป็น ต้องยอมรับว่าในระยะสุดท้ายแล้ว การเสียชีวิตของผู้ป่วยเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติของโรค ควรงดเว้นการรักษาที่มีจุดประสงค์เพื่อยื้อชีวิตหรือยืดเวลาออกไปและไม่ให้การรักษาใด ๆ ที่เร่งให้ผู้ป่วยจากไปเร็วขึ้น แต่ต้องประคับประคองให้ผู้ป่วยมีคุณภาพของชีวิตที่ดีที่สุด ยกตัวอย่างเช่น ผู้ป่วยมะเร็งระยะสุดท้ายที่มีภาวะหายใจว้าย การรักษาด้วยการใส่เครื่องช่วยหายใจและย้ายผู้ป่วยเข้า ICU อาจช่วยให้ผู้ป่วยมีชีวิตนานขึ้นแต่อาจทำให้มีความทุกข์ทรมานมากขึ้น การรักษาที่เหมาะสมอาจเป็นการใช้ยาช่วยให้ผู้ป่วยหายใจเหนื่อยและอยู่ในห้องผู้ป่วยปกติจนถึงระยะสุดท้ายของชีวิต

การวางแผนการรักษา ที่เหมาะสมให้กับผู้ป่วย

ปัจจุบันนี้ กฎหมายก็ได้ยินยอมให้ผู้ป่วย (หรือผู้ที่ยังไม่ป่วย) ทุกคนที่มีสติสัมปชัญญะที่ดี สามารถทำหนังสือแสดงเจตจำนงเรื่องการดูแลในระยะสุดท้ายของชีวิตตนเองได้ว่า ถ้าถึงระยะสุดท้ายของชีวิตที่เป็นโรคที่รักษาไม่หาย จะต้องการให้แพทย์ให้การดูแลอย่างไร งดเว้นการดูแลที่มีจุดประสงค์เพียงเพื่อการยื้อชีวิตไว้ได้และสามารถจะกำหนดให้ใครเป็นผู้ตัดสินใจแทนในภาวะที่ไม่สามารถตัดสินใจได้ การเตรียมตัวเรื่องนี้ไว้แต่เนิ่น ๆ ก็จะสามารถจะเป็นแนวทางปฏิบัติที่ช่วยในการตัดสินใจได้ แต่ต้องมีการพิจารณาแนวทางที่ถูกต้องในการทำพินัยกรรมชีวิตนี้

สิ่งที่ควรปฏิบัติให้กับผู้ป่วย ในช่วงระยะสุดท้ายของชีวิต

การได้รับการดูแลและกำลังใจจากญาติและบุคคลใกล้ชิด จะเป็นสิ่งที่สำคัญมาก
สำหรับผู้ป่วยในระยะสุดท้าย นอกจากนี้ยังมีผลต่อญาติด้วยหลังจากผู้ป่วยจากไปแล้ว
การดูแลที่ไม่เหมาะสมอาจทำให้เกิดบาดแผล ทางจิตใจของผู้ที่ยังอยู่ต่อไปอย่างยาวนาน
ยากที่จะเยียวยาได้ การพยายามใช้เวลาที่เหลืออยู่ให้มีคุณค่ามากที่สุดจึงเป็นสิ่งสำคัญ

- ควรมีการสื่อสารกับแพทย์และผู้ให้การดูแลอย่างต่อเนื่องเพื่อวางแผนการรักษาร่วมกัน
- การตัดสินใจทุกอย่าง ต้องมุ่งเน้นที่ผลดีที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยเป็นหลักสำคัญ ไม่ควรตัดสินใจตามความต้องการของญาติหรือผู้ใกล้ชิด
- ให้การดูแลทางจิตใจให้ผู้ป่วยมีความสบายใจและคลายกังวลมากที่สุด การที่ผู้ป่วยมีความห่วงอยู่จะเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความทุกข์ทางใจได้อย่างมาก
- ให้การดูแลและประคับประคองตามที่ผู้ป่วยต้องการ เช่น ผู้ป่วยบางรายมีความหวังว่าอยากจะกลับบ้าน ควรพยายามหาทางช่วยให้เป็นไปได้
- หลาย ๆ ครั้ง ปัญหาต่าง ๆ ที่เคยเกิดขึ้นและค้างคาอยู่ในใจอาจสามารถสะสางลงได้ในช่วงที่ผู้ป่วยไม่สบาย ลองพยายามใช้โอกาสนี้ในการแก้ไขปัญหานั้น
- มีการพูดคุยกันระหว่างญาติเพื่อให้เข้าใจสถานการณ์และมีทิศทางการดูแลไปในทางเดียวกัน จะช่วยการดูแลให้ราบรื่นขึ้น
- มีส่วนร่วมในการดูแลผู้ป่วยเท่าที่จะทำได้ ผู้ป่วยมักจะรู้สึกดีขึ้นเมื่อมีญาติหรือคนที่รักมาช่วยดูแล

แนวทางเหล่านี้เป็นหลักการที่อาจนำมาใช้
โดยพิจารณาให้เหมาะสมกับผู้ป่วยแต่ละราย
เพื่อให้ผู้ป่วย “หายใจ อยู่สบาย ตายดี”
ผู้ป่วยระยะสุดท้ายไม่ใช่ผู้ป่วยสิ้นหวัง
ผู้ป่วยทุกคนมีความหวังที่จะได้รับการดูแล
ที่เหมาะสมในช่วงสุดท้ายของชีวิตเพื่อให้มี
คุณภาพของชีวิตที่ดีที่สุดเท่าที่จะสามารถทำได้
และคงศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์ไว้
ตราบจนวาระสุดท้ายของชีวิต



บทความโดย

รศ. นพ.ฉันทชาย สิทธิพันธุ์

ภาควิชาอายุรศาสตร์

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย