



สาร ชมรมจริยธรรมการวิจัยในคนในประเทศไทย FERCIT NEWSLETTER

ปีที่ 7 ฉบับที่ 2 (เม.ย.-มิ.ย.) พ.ศ. 2550 <http://www.med.cmu.ac.th/fercit/>

ศ.เกียรติคุณ พญ.สุมาลี นิมนานนิตย์

ในฉบับ

- ☞ จากกองบรรณาธิการ หน้า 1
- ☞ บทความพิเศษ “กายป่วย ใจไม่ป่วย” หน้า 1
- ☞ ข่าวประชาสัมพันธ์ หน้า 4

จากกองบรรณาธิการ

ฉบับนี้เป็นสารชมรมฉบับพิเศษครับ จัดทำขึ้นเพื่อเป็นการอุทิศแด่ ศาสตราจารย์เกียรติคุณ แพทย์หญิง สุมาลี นิมนานนิตย์ อดีตประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน คณะแพทย-ศาสตร์ศิริราชพยาบาล โดยท่านได้ล่วงลับไปแล้ว แต่คุณงามความดีที่ท่านมีต่อนักศึกษาแพทย์ ผู้ป่วย และอาสาสมัครงานวิจัย ยังคงอยู่ครับ ในฉบับนี้จะขออนุญาตยกข้อความบางตอนในบทสัมภาษณ์อาจารย์สุมาลี ขณะที่ท่านมีชีวิตอยู่ จากนิตยสารรายปักษ์ แพรว ฉบับที่ 668 ลงวันที่ 25 มิถุนายน 2550 เรื่อง “กายป่วย ใจไม่ป่วย” ซึ่งอาจารย์ได้ให้ข้อคิดเห็นไว้อย่าง น่าสนใจและน่าปฏิบัติตามเป็นอย่างยิ่งครับ

ผศ.พ.อ.นพ.สุธี พานิชกุล
บรรณาธิการ

บทความพิเศษ

กายป่วย ใจไม่ป่วย



ศ.เกียรติคุณ พญ.สุมาลี นิมนานนิตย์

ในหนึ่งชีวิตของคนเรามีจุดเริ่มจนถึงจุดสุดท้ายเหมือนกันคือเกิด แก่ เจ็บ และตาย จะแตกต่างกันตรงที่ในช่วงเวลาเหล่านั้น ใครเลือกที่จะอยู่แบบไหน อย่างไร

สุภาพสตรีท่านนี้เลือกเป็นหมอรักษาคนไข้ที่โรงพยาบาลศิริราช เป็นอาจารย์สอนนักศึกษาแพทย์ ทุ่มเทให้กับโครงการรักษาใจผู้ป่วยหนัก จนได้รับรางวัลสตรีดีเด่นด้านนักวิทยาศาสตร์เทคโนโลยีและอนามัย ปี 2549 แต่สิ่งที่เธอไม่ได้เลือกคือ การเป็นมะเร็งระยะที่ 4 เหมือนเป็นการทดสอบว่าเมื่อต้องเป็นผู้ป่วย เสียเองจะสามารถรักษาใจตนเองได้หรือไม่

อาจารย์สุมาลี นิมนานนิตย์ ท่านได้กรุณาถ่ายทอด ประสบการณ์และความรู้สึกไว้เป็นวิทยาทานกับผู้ที่กำลังป่วย แล้วอาจจะซ้ำเติมตัวเองด้วยการทำให้ใจป่วยตามไปด้วย โดยท่านได้เล่าถึงชีวิตของท่าน ตั้งแต่เริ่มต้นของการเป็นแพทย์

ความตั้งใจเป็นแพทย์

ความจริงผลการเรียนที่โรงเรียนมัธยมแค่ปานกลาง ยิ่งถ้าเทียบกับโรงเรียนอื่น ก็ไม่รู้เหมือนกันว่าสอบเข้าหามาได้อย่างไร ตอนอยู่โรงเรียนวัฒนาวิทยาลัยเรียนสบายๆ คะแนนไม่ดีอาจประมาณหกสิบกว่าละมัง ไม่ได้ไปเข้าเตรียมอุดมฯ เพราะเลียดรักโรงเรียนรุนแรง ตอนนั้น แต่สอบเข้าคณะวิทยาศาสตร์ที่จุฬาและยังสอบข้างฟากได้อีก ตอนสอบสัมภาษณ์ ข้างฟากเพื่อนที่เก่งมากๆ โดยถามความรู้สารพัด จนสุดท้ายไม่ผ่าน แต่ของเราอาจารย์ถามว่า กวาดบ้านเป็นไหม หุงข้าวอย่างไร ความที่เป็นนักเรียนประจำ ไม่เคยทำ จึงบอกว่า ใส่น้ำ ตั้งไฟ แล้วจิ้มนิ้วลงไป จำได้ว่าท่านอาจารย์หัวเราะใหญ่ ถามว่า แล้วจะกินได้อย่างไร ดิบอย่างนี้ ก็ตอบไปว่า ถ้าอยู่คนเดียวก็มีทางทำ จนได้ คงไม่อดตายหรอกคะ สุดท้ายก็ผ่านเข้ามาเรียนศิริราชด้วยวิชา หุงข้าวนั่น (หัวเราะ)

ความคิดที่อยากเป็นหมอไม่ใช่ว่ามีอุดมการณ์สูงส่งอะไรหรอก เพียงคิดว่าอยากทำวิชาชีพสักอย่างที่จะช่วยเหลือตัวเองได้ไม่ต้องพึ่งคนอื่น นี่คือเหตุผลเดียว อาจเพราะมีญาติเป็นหมอเยอะด้วย เป็นอาชีพที่ชอบ ไม่ต้องพึ่งใคร อยากรักษาคนไข้ก็ได้ ไม่ต้องให้ใครมาว่าจ้าง แต่พอเข้ามาเรียนโรงเรียนแพทย์คือคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ก็หล่อหลอมความเป็นหมอให้เต็มที่มาตลอด จึงมีความผูกพันกับคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาลมาก

ชีวิตเมื่อเป็นนักศึกษาแพทย์

กับคนอื่นไม่รู้ละ แต่ตัวเองสนุกมาก ยกเว้นก่อนเรียนผ่าศพกลัวมาก กินเครื่องในไม่ได้ไปพักหนึ่ง แต่ตอนนั้นไม่เครียด ไม่เคยนอนตึกเกินสามทุ่ม ดินก่อนสอบยิ่งนอนเร็วใหญ่ ตอนสอบบอร์ดเมืองนอกฝรั่งชอบตำราไปเล่มใหญ่ เราไม่เคยหอบ ไปได้แค่นั้นแค่นั้น แต่ความจริงมันช่วยนะ เพราะทำให้ไม่ลน นิ่งและไม่เคยสอบตก เคยบอกนักเรียนว่าเข้าห้องสอบให้ทำใจให้สงบ ได้ก็ดี ยังถูกครูคนอื่นว่าทำไม่พูดแบบนี้

พอเรียนจบก็สอบไปทำงาน ฝึกงานที่อเมริกา ไปอยู่หอพักของโรงพยาบาล สนุกดี ทำให้มองเห็นโลกกว้างขึ้น และได้อย่างอื่นนอกจากวิชาความรู้เยอะ เช่น ต้องช่วยเหลือตัวเองทุกอย่าง อย่างน้อยก็ช่วยให้ทำกับข้าวเก่ง (หัวเราะ)

การได้รับยอมรับในฐานะหมอต่างชาติเมื่อไปอยู่ที่อเมริกา

กับคนไข้ค่อนข้างดี แต่โดนหมอดูด้วยกันเหยียดหยามบ้างเป็นธรรมดา คนไทยพูดภาษาอังกฤษไม่ดีเท่าฟิลิปปินส์ ขนาดคิดว่าตัวเองภาษาดีแล้ว ยังต้องปรับกว่าสองเดือน ไปที่โน่นโทรศัพท์กลับบ้านบ้านสองหนเท่านั้น ไม่กล้าโทร. เพราะจะร้องไห้ ทุกครั้งใช้วิธีเขียนจดหมายแทน เวลาว่างส่วนใหญ่ก็ไปเที่ยว ถ้าไม่นับเรื่องคิดถึงบ้านอยู่ที่นั่นก็สบายดี มีงานทำ มีคนช่วยเหลือ

รวมเวลาที่เป็นอย่างอื่นที่นั่น แพทย์ประจำบ้าน กับต่อยอดโรคไตแล้ว อยู่ที่นั่นประมาณหกปี ความจริงเขาอยากให้อยู่ต่อ แต่คิดว่ากลับบ้านดีกว่า มาถึงก็เป็นหมอมที่ศิริราช เป็นอาจารย์ด้วย การได้เป็น

อาจารย์ที่นี่ไม่ง่ายเลย ต้องผ่านการตรวจสอบเยอะ ถ้านับตั้งแต่เป็นนักศึกษาจนถึงเดี๋ยวนี้ ก็อยู่ที่นั่นมาสี่สิบกว่าปีแล้ว รู้จักทุกช่องทุกมุมผูกพันมาตลอด

ก่อนที่จะป่วย ในหนึ่งวันคุณไข้ตั้งแต่เจ็ดโมงกว่า จากนั้นสอนประชุม หรือมีงานวิจัย เป็นอย่างนี้ทุกวัน ตั้งแต่วันที่กลับจากเมืองนอกสอนกับรักษาไปด้วยกันตลอดเวลา เท่าที่เขาจัดให้เรากว่า ความจริงการสอนก็คือการดูคนไข้ด้วย เป็นการสอนการปฏิบัติ

ชีวิตการเป็นอาจารย์แพทย์

เป็นครูที่ดูมาก แต่นักเรียนก็ยังชอบมาต่อปากต่อคำ เถียงได้ตลอด ถ้ามาสายจะไม่ให้เข้าห้องเรียน พูดหรือหลับในห้องเรียนไม่ได้ ถ้าไม่รับผิดชอบจะโดนหนัก แต่คุยกันได้โน้มน้าววิชาการ ไม่รู้เป็นอะไรมีลูกศิษย์บางคนกระจายข่าวว่า อาจารย์สุมาลีทำอะไรจะไม่มีความรู้ เพราะเวลาเขามาถามจะไม่เคยบอก แต่ให้ไปหา คำตอบเอง ได้คำตอบมาแล้วก็จะถูกถามให้ไปศึกษาค้นคว้าต่ออีก หน้าที่ครูคือทำให้เกิดการเรียนรู้ขึ้นในตัวนักเรียน ให้เขาเรียนเป็น และพึ่งตัวเองได้ ไม่ใช่ให้แต่เนื้อหาๆ ก็คือ ให้เครื่องมือหาปลา ไม่ใช่ให้ปลากินทีเดียวทั้งหมด จะถามในสิ่งที่มั่นใจว่าเขาไม่รู้ นักเรียนจะได้ไปทำตัวเองรู้ แล้วเราค่อยสรุปที่หลังในห้องเรียน พวกนี้สติปัญญาดีมาก มั่นใจว่าพวกเขาทำได้ หน้าที่ของครูคือ ค้นหาศักยภาพของนักเรียนแล้วทำให้เขาพัฒนา

ชอบเด็กเฮี้ยๆ นะ กลัวนักเรียนที่ซิมๆ ปกตินักเรียนแพทย์ไม่ค่อยขำมาก มีพวกไม่เรียนนิดหน่อย เด็กพวกนี้เขารู้ว่าเราตามดูเขาตลอด แต่โดนครูถามก็กลัวแล้ว อาจเพราะสมัยก่อนคงไม่โดนถาม ตอนกลับจากเมืองนอกใหม่ๆ เห็นเขาเล่ากันว่ามีคนหนึ่งมันหลบอยู่ในม้าน จะเอาใจใส่ ช่วยเขา โดยเฉพาะคนที่ไม่เรียนจะตามดูเป็นพิเศษ เช่น ให้มาดูคนไข้แต่เช้า แต่เขาบอกว่าป่วย นอนอยู่ที่หอด้วยความเป็นห่วง เลยไปเยี่ยมปรากฏว่าหนีเรียน ไม่ได้ป่วย เด็กเฮี้ยๆ เมื่อเติบโตขึ้นมักได้คิดและจะดีขึ้นเอง

มีฉายาในหมู่นักศิษย์

เยอะมาก ขนาดประกาศตัวว่าคุณะ มีทั้งเจ้ เจ้ามแม่แข่งจี เพราะเป็นหมอโรคไต ตอนเกษียณถูกเรียกว่าแม่ชีกายสิทธิ์ มีคนถามนักเรียนว่าทำไมเรียกอย่างนั้น เขาตอบว่าดูเหมือนอาจารย์จะตอบเขาได้ทุกเรื่อง และมักรู้ทันเวลาเขาทำผิด จนนักเรียนถามว่าอาจารย์มีญาณวิเศษอะไร เวลาทำผิดถึงรู้ทุกที ความจริงคือพวกนี้ชอบทำหน้าต้ามิพิรุฑ เช่น หนีไปว่ายน้ำมา หน้าตาก็สดชื่นเกินเหตุจึงจับได้

กระทั่งเมื่อทราบว่าตัวเองเป็นมะเร็ง

พอรู้ว่า เป็นมะเร็งก็บอกตัวเองว่า ถึงตาเราบ้างแล้ว เราเป็นคนปฏิเสธโรคไม่ได้ ต้องยอมรับและอยู่กับมัน แต่สิ่งที่คิด ตอนนั้นคือไม่รู้ว่าจะได้ทำโครงการนี้หรือเปล่า เพราะโครงการเริ่มจริงๆ เดือนกรกฎาคม 2548 หมอเป็นมะเร็งเดือนกุมภาพันธ์ปีเดียวกัน เป็นมะเร็งที่รังไข่ แต่อาการออกที่ปอด ตอนแรกไม่รู้ ด้วยซ้ำว่าเป็นอะไร ถ้าเป็นเมื่อก่อนคงวินิจฉัยไม่ได้ เพราะไม่รู้ว่าจะโรคเกิดที่ตรงไหน โรคเข้า

ไปที่เย็บช่องท้องด้วย ตอนแรกจึงงงกันว่าเป็นอะไร ลูกศิษย์แฉว่า เป็นโรคได้สมศักดิ์ศรีกับอาจารย์เลย เพราะวินิจฉัยยากมาก (หัวเราะ) ถ้าไม่มีรอยโรคมะเร็งในเลือดว่ามาจากรังไข่ จะไม่รู้หรือกว่าอยู่ที่ไหน

ไม่มีอาการบอกล่วงหน้า มีแค่เจ็บหน้าอกกับเพ็ชฌิมิดหน่อย จำได้ว่าเจ็บแค่ 2 อาทิตย์ แต่ยังไปทำงานตามปกติ เอกซเรย์ปอด เห็นน้ำในเยื่อหุ้มปอดข้างขวานิดเดียว ตัวเองคิดว่ามะเร็ง แต่คนอื่น บอกว่าไม่ใช่ พยายามจะให้ปอดเป็นวัณโรค เพราะรักษาหายขาดได้ แต่ไม่ใช่คดีอย่างนั้น ตอนที่ตามผลปรากฏว่าเป็นเซลล์มะเร็งซึ่งยังไม่รู้ว่า มาจากที่ไหน คิดว่ามาจากปอดจึงต้องตรวจทั้งตัว จนรู้เพราะรอยโรค มะเร็งในเลือดบอกว่าเป็นที่รังไข่และกระจายไปที่ปอดวินิจฉัยยากมาก

โรคแบบนี้ตรวจสุขภาพก็บอกไม่ได้ กว่าจะรู้ก็อยู่ในระยะที่ 4 กระจายไปทั่วแล้ว นี่คือธรรมชาติของมะเร็ง มันจะอยู่เฉยๆ ในตัวเรา จนกระทั่งเป็นสักกระยะหนึ่งถึงจะจับตัวได้ ยิ่งอายุขนาดนี้ยิ่งมีการ เปลี่ยนแปลงของเซลล์ไปตามอายุ โรคบางอย่างจึงไม่ใช่สิ่งที่เรา ป้องกันได้เสมอ

ความรู้สึกละเมื่อนั้น

ความที่บอกตัวเองว่าเป็นมะเร็งอยู่แล้ว จึงไม่รู้สึกละเมื่อนั้น นอกจาก ตอนที่ตามผล พยายามถามว่าตกลงเป็นอะไร หลานกับหมอบอกว่า เดี่ยวค่อยคุย แต่ที่จริงเขาคุยกันทำนองว่าจะบอกยังไง แล้วใครจะเป็น คนบอก จึงถามว่ามะเร็งใช่ไหม เขาก็บอกชนิดของเซลล์ให้ฟังแล้ว ร้องไห้ ตอนนั้นใจตัวเองมันแวบหนึ่งเหมือนกันที่รู้สึกขึ้นมา แต่แล้วก็จบไป เพราะต้องปลอบสองคนนั้น จากนั้นใครมาเยี่ยมก็ร้องไห้ บอกว่าเร็วไปที่จะเกิดขึ้น แต่หมอบอกอายุหกสิบกว่าแล้ว เป็นมนุษย์ก็ต้อง ไม่สบายสักวัน เพียงแต่กังวลว่าอาจ ไม่มีโอกาสทำโครงการ โชคดี ที่ทำได้ ช่วงหนึ่งผมร่วงทั้งหัว หมดเกลี้ยงภายใน 7 วัน เคยมีคน บอกว่ารู้ว่าเป็นมะเร็งรับได้ แต่ผมรับไม่ได้ แต่เมื่อเกิดขึ้นกับตัวเอง กลับไม่รู้สึกละเมื่อนั้น คิดว่านี่ละอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่มีอะไรที่เป็น ของเรา ก่อนไม่สบายอ่านความรู้สึกคนไข้ฝรั่งที่เป็นกวีและจิตรกร เขาเขียนว่า เวลาป่วยรู้สึกเหมือนถูกปล้นทุกอย่างในชีวิต ตอนนั้นรู้สึก “อิน” กับสิ่งที่เขาเขียน แต่พอไม่สบายกลับไม่รู้สึกละเมื่อนั้น อาจ เพราะเราอยู่ในวัฒนธรรมและความเชื่อว่ามีอะไรเป็น “ตัวเรา ของ เรา” เมื่อไม่ได้เป็นเจ้าของอะไร ก็เลยไม่รู้สึกละเมื่อนั้นเสียอะไร

เคยผ่านช่วงที่เป็นหนักมาก ๆ แพทย์เฉียบพลัน ขณะกำลังให้ยา ก็มีผื่นเกิดขึ้นที่ใบหน้า มือปูดบวม แดง ร้อน ขนาดมือโตขึ้น ประมาณสองเท่า หลอดเสียงบวมตีบ พูดไม่มีเสียงเลย ลมไม่สามารถ ผ่านเข้าหลอดลมได้ เรียกว่าหายใจไม่ได้ ต้องขาดออกซิเจน ซึ่งถ้า แก่ไข่ม้วนทันทีจะต้องตาย ตอนนั้นตั้งใจกำหนดรูปร่างต่างๆ ที่เกิดขึ้น สักแต่รู้และวางอุเบกขา นิ่งดูมันไปเรื่อยๆ พวกหมอบอกว่าเราจะตาย แล้ว เพราะหน้าบวมแดง เขาตกใจกันมาก มาเขย่าตัวกันใหญ่ จึงบอกเขาวางใจว่าตัวอยู่ไม่เป็นไร แต่รู้สึกเหมือนจะลอยออกจากร่าง สมอบิดเบี้ยว แขนขาทั้งแข็งทั้งอ่อน ควบคุมไม่ได้ ปวดท้องทั่วไป หมด แต่ก็ยังสงบนิ่งอยู่ พอหมอฉีดยาแก้แพ้ หน้าและมือที่แดงก็ เปลี่ยนเป็นเขียวซีด เพราะขาดเลือดจากการที่เส้นเลือดมีการหดตัว อย่างรุนแรง ยังถามหมอบอกว่าทำไมไม่ถ่ายรูปไว้ให้ดูบ้าง วันนั้นรู้เลยว่า ความเป็นความตายใกล้กันนิดเดียว จึงเตรียมพร้อมที่จะตายเมื่อไรก็ได้

การทำงานหลังจากนั้น

ลดงานตรวจคนไข้ลง เพราะต้องให้เคมีบำบัด ทำให้ภูมิคุ้มกันต่ำลง ในตัวต่ำลง จึงทำแต่งงานสอน งานประชุมสัมมนาต่างๆ ซึ่งมีมากพอสมควร จนตอนหลังแรงถอยลง เหนื่อยง่ายเพราะร่างกายไม่ตอบสนอง กับยาแล้ว ที่นัดให้กับแพรวเร็ว เพราะไม่รู้ว่าจะวันข้างหน้าจะเป็น อยากรู้ จะพูดได้อีกสักกี่วัน เวลานี้ถ้าคิดทำอะไรจะรีบทำให้เสร็จ เรียบร้อย บอกทุกคนเสมอว่า ถ้ามีอะไรให้ทำให้รีบบอก

การเตรียมพร้อม

ตัดสินใจหยุดกินยาเมื่อไม่กี่วันนี่เอง เพราะคลื่นไส้ กินอะไรก็ อาเจียนออกมาหมด บอกหมอบอกว่าจะไม่รับยาอีกแล้ว บอกคนรอบข้าง ไว้ด้วยว่า ถ้ายาไม่ได้ผลไม่ต้องพยายามทำอะไร เขียนเป็นลายลักษณ์ อักษรไว้เลยว่า เมื่อถึงระยะสุดท้ายที่รักษาไม่ได้แล้ว และไม่รู้ตัว ขอไม่เข้าไอซียู อยากนอนสงบเฉยๆ ไม่ต้องวัด ความดันเลือด อุณหภูมิ หรือคอยมาเปิดตาดูว่ายังมีชีวิตอยู่หรือเปล่า พูดอย่างนี้ ไม่ใช่ว่าจะรีบตาย เพียงแต่รู้ว่าตอนไหนต้องรักษา และตอนไหน ควรหยุด ที่จริงก็พร้อมที่จะตายแล้ว คิดว่าพอแล้ว ที่อยู่มาจนถึงวันนี้ ไม่มีอะไรค้างคา คุณพ่อเสียแล้ว ส่วนคุณแม่ น้องๆ ดูแลได้ ท่านอายุ 95 ปีแล้ว ท่านยังรับรู้เพียงแต่ไม่เห็นที่เราป่วย ตอนเป็นหมอเวลาจะ บอกคนไข้ว่าเป็นอะไรก็ต้องระวัง ตอนนี้เป็นคนไข้เองจะบอกแม่ก็ ต้องระวัง ตัดสินใจบอกแม่ว่าเป็นมะเร็ง แต่สมัยนี้มีวิธีรักษา ท่านเลย ไม่ค่อยรู้สึกอะไร

สิ่งที่อาจารย์อยากทำ

ตอนนี้พยายามทำงานทุกอย่างให้เสร็จเท่าที่ทำได้ เช่น งานเขียน ที่ผลิตมาเรื่อยๆ ก็ได้รับทำให้เสร็จเท่าที่ทำได้ เช่น เรื่อง “ชีวิตเป็นสุข ได้แม่ไต้หวัน” “อัครจริยแห่งโพธิวงค์เจ็ด” “เมื่อหมอบเป็นคนไข้” ความเจ็บป่วยมาเตือนให้ไม่ประมาท และรีบเร่งทำงานที่ค้างค้างให้ แล้วเสร็จ ก็คิดว่าได้ประโยชน์มากทีเดียวจากการป่วยในครั้งนี้

อาจารย์มองความตายเป็นอย่างไ

ความตายเป็นสภาวะทางธรรมชาติอย่างหนึ่ง ไม่ใช่สิ่งที่น่ากลัว ตรงข้ามเป็นความสงบสงัดอย่างยิ่ง จึงไม่เคยคิดกลัวความตายที่ทำ โครงการๆ นี้ก็เพราะอยากให้เห็นเข้าใจว่าความตายไม่น่ากลัว ถ้าเรา ตั้งรับดี ๆ โดยการฝึกสติและทำจิตใจให้สงบ

ครั้งหนึ่งคุณแม่สิริเล่าว่าท่านอยู่บนเครื่องบินแล้วเครื่องยนต์ ตัวหนึ่งเกิดเสีย คุณแม่บอกทุกคนให้เตรียมตัวตาย แล้วท่านก็ทำสมาธิ อยู่ตรงนั้น จนฝรั่งที่อยู่ใกล้ๆ สงสัย พอเครื่องบินจอดจึงตามคุณแม่ไปที่โรงแรมเพื่อเรียนเรื่องการฝึกสติ คำพูดที่ว่าให้ตั้งใจตายของคุณแม่ ผังอยู่ในหัวจนราว 8 ปี ก่อนช่วงสงกรานต์นั่งรถตู้ไปภูเก็ตกับน้อง แล้วเกิดอุบัติเหตุ บอกตัวเองว่าคงถึงวันของเราแล้ว นี่เองวิธีตาย ของเรา เดี่ยวรถคงชนต้นไม้ ดูซิว่าความตายจะเป็นอย่างไร ปรากฏว่า รถตกไปข้างทางแล้วหยุดหงายท้อง ไม่ชนต้นไม้ ทุกคนบาดเจ็บกับ เล็กน้อยเท่านั้น แต่จิตใจขณะนั้นนิ่งมาก เรียกว่าได้ผ่านบอทดสอบเรื่อง ตายอยู่เรื่อยๆ

เคยมีคนไข้มานว่า ตอนตายจะมีสติได้อย่างไร บอกไปว่าตัวสติที่เขาเจริญอยู่ตอนนี้จะช่วยเอง ถ้าหยุดความคิดไว้กับเรื่องดี ๆ ใจก็จะสงบสบายและถ้าตลอดชีวิตเราทำดีคิดดี ตอนตายสิ่งเหล่านี้จะออกมาอย่างที่ทราบกันว่า มีชีวิตอยู่อย่างไรก็จะตายอย่างนั้น ถ้าดำเนินชีวิตเป็น มีสติเป็นตัวกำกับก็จะตายดี คือตายกับสติย้อนกลับไปที่ต้องบอกว่า การฝึกหรือการปลูกฝังมีส่วนมากอย่างที่หมอมมีคุณพ่อเป็นตัวอย่าง

คุณพ่อเป็นคนปล่อยวางและมีสติมาก อย่างครั้งหนึ่งตอนที่สามท่านช็อก หัวใจแตก ตัวเย็น ชัยบเขยื้อนไม่ได้ บอกใครก็ไม่ได้ ท่านจึงนอนกำหนดลมหายใจ จนตัวอุ่นขึ้นและสบายขึ้น กระทั่งรู้สึกว่าเป็นปกติ แต่ที่จริงตอนนั้นท่านมีหลอดเลือดหัวใจตีบ 4 เส้น และหัวใจขาดเลือด ซึ่งอันตรายมาก ถ้าท่านทรุนทรุยาในวินนั้น คงไม่มีชีวิตอยู่ต่อมาอีกถึง 4 ปี ตลอดเวลานั้นท่านไม่กลัวเลย มีสติอยู่ทุกขณะ พอไปโรงพยาบาลถึงรู้ว่าความดันต่ำมาก ต้องขยายหลอดเลือดหัวใจด่วน ส่วนคุณแม่เป็นคนตรงต่อเวลา สม่าเสมอที่สุดที่เคยเจอ ทั้งสองท่านอบรมลูก ๆ ให้เป็นคนดีและรู้จักพอ

ชีวิตส่วนตัวของผู้หญิงชื่อสุมาลี

มีเพื่อนรุ่นน้องบอกว่า ชีวิตที่ช่างจัดจัด ไม่มีเรื่องน่าตื่นเต้น เรื่องความรักไม่มี (หัวเราะ) จะบอกกับเด็ก ๆ นักศึกษาว่าสิ่งนี้ไม่ยั่งยืน และบอกตัวเองมาตลอดว่าไม่กลัวที่จะเสี่ยง เราอยู่สบาย ๆ ของเราดีกว่า ตัดสินใจแต่แรกแล้ว ขอแม่ว่าไม่ต้องมายุ่งเรื่องนี้ อยู่บ้านกับพ่อ แม่ น้อง ๆ หลาน ๆ ก็มีความสุขดี ไม่เคยเหงาหรือต้องการอะไรมากกว่าที่มี ทำงานไปสบาย ๆ เรื่อย ๆ จนมาเจอโรคมาเรียมเริ่มค่อยมีการตื่นตื่นขึ้น นิดหน่อย เวลาว่างส่วนใหญ่ฟังเพลง อ่านหนังสือ มีความสุขดี วันอาทิตย์ก็ให้เวลากับแม่ วันหยุดก็มีพักผ่อนต่างจังหวัดบ้าง ซ้อปิ้งก็ชอบ โดยเฉพาะเสื้อผ้า กิเลสเยอะ ทุกวันนี้ก็ยังใช้ชีวิตปกติ วันก่อนน้องพานั่งรถเข็นไปร้านเสื้อ เพราะเหนื่อย พอถึงร้านก็ลงเดิน คนชายถามว่า ไม่เห็นเป็นอะไรนี่ ทำไมต้องนั่งรถเข็น หน้าแตกเลยเวลาไปสุวรรณภูมิกลัวเขาไม่ไหวรถเข็น ต้องทำหน้าที่ป่วย ๆ ไว้ บางคนอาจอายุที่นั่งรถเข็น แต่หมอสอบ

รู้สึกในชีวิตมีแต่คนเมตตา ไม่ว่าจะป็นญาติพี่น้อง ครูบาอาจารย์ ผู้ร่วมงาน และคนอื่น ๆ ทั่วไป ล้วนแต่ดีกับเราทั้งนั้น ตอนเกษียณอายุราชการและตอนป่วย รู้สึกท่วมท้นไปด้วยความรักจากคนรอบข้าง แม้แต่คนงานที่บ้าน ไม่คิดว่าทุกคนจะดีกับเราขนาดนี้ รู้สึกว่าตัวเองได้รับมากกว่าที่ให้ไป ทั้งหมดและพยาบาลดูแลเอาใจใส่ตลอดทุกคนช่วยเหลือเป็นอย่างดี รู้สึกว่าตัวเองโชคดีมาก วันหนึ่งขับรถมา

รู้สึกว่ามีความสุข อิ่มเอม ยังถามตัวเองว่าบ้าหรือเปล่า รู้สึกเหมือนความสุขท่วมท้นขึ้นมาทั้งที่เป็นมะเร็ง

มีคนเคยถามว่า นึกเสียใจไหมที่เป็นผู้หญิงแล้วมาเป็นหมอตบไปว่า ไม่เคยเสียใจที่เลือกอาชีพนี้ รู้สึกพอใจ มีความสุขจริง ๆ ที่ได้ทำงาน ทำงานอื่นอาจสบายกว่านี้ แต่คำว่าสบายอยู่ที่คน ไม่ใช่อยู่ที่งาน ถึงเหนื่อย พักเดี๋ยวก็หาย

สำหรับรางวัลต่าง ๆ ที่ได้รับก็ขอบคุณทุกหน่วยงานที่มอบให้ แต่ตัวเองไม่รู้สึกว่าได้ทำอะไรเป็นพิเศษ เพราะทำตามหน้าที่ที่มนุษย์และแพทย์ต้องทำเท่านั้น เป็นหน้าที่ของมนุษย์ที่พึงทำให้แก่กันในฐานะเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน และจะทำงานถึงวันสุดท้ายของชีวิต

สิ่งที่อยากจะฝากไว้

ปัจจุบันเทคโนโลยีด้านการแพทย์ก้าวหน้าไปอย่างมาก ทำให้ทุก ๆ ฝ่ายที่เกี่ยวข้องเข้าใจว่าจะรักษาโรคได้ ถึงไม่หายขาดก็น่าจะดีขึ้น แต่ความจริงหาเป็นเช่นนั้นไม่ มนุษย์ยังไม่สามารถเอาชนะธรรมชาติได้ไม่ว่าในด้านไหน ความเจ็บไข้ได้ป่วยก็เช่นเดียวกัน แพทย์ไม่สามารถรักษาคนไข้ทุกคนให้หายรอดได้ อาจจะมีชีวิตออกไปได้ด้วย เทคโนโลยีที่ทันสมัย แต่ก็ต้องคำนึงถึงคุณภาพชีวิตของคนไข้และญาติ ตลอดจนผู้คนแวดล้อมและสังคมด้วย

เรื่องนี้ต้องทำความเข้าใจกันให้ถ่องแท้ เพื่อที่จะได้รับการรักษาอย่างถูกต้องเหมาะสม ไม่มากหรือน้อยไป ต้องทำความเข้าใจกับสังคมโดยรวม เพื่อว่าเมื่อมีผู้เจ็บป่วยขึ้นจะได้ตัดสินใจได้ถูกต้อง เพราะบางครั้งคนไข้และญาติก็อยากสู้เต็มที่ แต่ไม่รู้ว่าจะสู้กับอะไรและอารมณ์ต่าง ๆ โดยเฉพาะการกลัวความสูญเสีย ทำให้ไม่สามารถรับความจริงได้ ทำให้คนไข้ได้รับการรักษาที่ไม่จำเป็นและไม่ได้ผล เกิดความสูญเสียทั้งคุณภาพชีวิตของคนและทรัพย์สินเงินทอง หรือบางครั้งแพทย์อยากให้การรักษาเต็มที่ด้วยความปรารถนาดี ก็อาจเกิดปัญหาได้เช่นกัน

เรื่องเหล่านี้สื่ออาจเป็นตัวกลางทำให้เกิดความเข้าใจและไว้วางใจในสังคม ซึ่งเป็นสิ่งที่สำคัญอย่างยิ่งยวด บางครั้งบางสื่อก็ประโคมข่าวคลาดเคลื่อน ทำให้สังคมเข้าใจผิด แน่นนอนทุกวงการมีทั้งคนดีและคนไม่ดี แต่สำหรับแพทย์ สังคมคาดหวังว่าต้องดีร้อยละร้อย ซึ่งเป็นไปไม่ได้ ฉะนั้นใครผิดใครถูกก็ก้าวกันไปตามจริง ขณะเดียวกันช่วยกันสร้างความเชื่อมั่นในสังคม เพื่อประโยชน์สุขของประชาชน ตรงนี้อยากขอฝากไว้มาก ๆ ให้ทำอะไรที่สร้างสรรค์กันและกัน สื่อมีส่วนช่วยได้มาก

〇〇—〇〇

ชมรมจริยธรรมการวิจัยในคนในประเทศไทย

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ถ.พระราม 4 เขตปทุมวัน 10330

กรุณาส่ง

