

ประสบการณ์การดูแลรักษาสุขภาพ

เกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นสัจธรรมที่เกิดขึ้นแก่ทุกคน ไม่มีใครจะหลีกเลี่ยงได้ แม้จะมีคำกล่าวที่พูดถึงบ่อยๆว่ามีเกิดก็ย่อมมีตาย เพื่อเตือนมิให้บุคคลประมาทในการดำเนินชีวิต อย่ากลัวความตายจะมาถึงเราเมื่อไร ไม่มีใครรู้ (Any time) ฉะนั้นต้องยอมรับและเตรียมตัวให้พร้อมเสมอ ผมก็ใช้ชีวิตเหมือนคนไทยโดยทั่วไป สมัยเด็กก็ใช้ชีวิตอย่างสนุกสนานไปตามเรื่องไม่ค่อยใส่ใจเรื่องสุขภาพ เพราะปกติแล้ววัยเยาว์ไม่ค่อยประสบปัญหาเรื่องสุขภาพมากนัก พอโตขึ้นได้ประสบปัญหาเหมือนคนโดยทั่วไป แต่เอาตัวรอดได้และไม่ร้ายแรงจนเกินไป ในช่วงอายุ 10-20 ปี ก็เป็นโรคเหมือนๆ คนอื่นๆ เช่น ไข้หวัดใหญ่ ระบบหายใจบกพร่อง บางครั้งอาหารเป็นพิษ แต่ไม่ร้ายแรงพอเฝ้าระวังให้หายลงได้

ในระหว่างรับราชการในบางช่วง ก็ประสบความเจ็บป่วยตามโอกาส แต่ก็ไม่ร้ายแรงจนเกินความสามารถในด้านค่าใช้จ่ายและสิทธิที่เบิกได้ของส่วนราชการโดยทั่วไป ผมมีประสบการณ์ในการรักษาจากโรงพยาบาลขนาดใหญ่ เช่น โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ โรงพยาบาลพระมงกุฎ โรงพยาบาลศิริราช และโรงพยาบาลรามาธิบดี รวมทั้งโรงพยาบาลทันตกรรม โดยโรงพยาบาลดังกล่าวได้เคยให้การดูแลรักษาผมในเรื่องต่างๆ เช่น โรคทางเดินปัสสาวะ กระดูกหัก โรคนิ้วในถุงน้ำดี โรคหลอดเลือด การควบคุมความดันและโรคน้ำตาลในเลือด ตลอดจนให้ดูแลทันตกรรมอยู่เสมอๆ ตลอดจนดูแลหัวใจอย่างละเอียด จากประสบการณ์ของผมในการรับการรักษาจากโรงพยาบาลดังกล่าว แต่ทุกครั้งผมยังมีสุขภาพร่างกายและจิตใจเป็นปกติ มีสติดี ดูแลตัวเองได้ และแสดงความจำนงค์เดินทางไปโรงพยาบาลเหล่านั้นด้วยตนเองเพื่อรับการรักษาโดยมิได้รอให้อาการหนักจนเกินไปจนมาสามารถพาตัวเองไปโรงพยาบาลได้

สำหรับการดูแลและการรักษา เนื่องจากผมเป็นข้าราชการมาก็ได้รับการดูแลดี โดยเฉพาะหมอชั้นผู้ใหญ่ เอาใจใส่ดูแลดี ใช้ยาที่มีประสิทธิภาพ เหมาะสมกับชนิดของโรคเท่าที่มีประสบการณ์การรักษาทุกครั้งและทุกโรค ได้หมอชั้นดีของโรงพยาบาลนั้นๆและใช้ยามี่ทั้งจากต่างประเทศและในประเทศ แม้ขณะเจ็บป่วย จะต้องออกค่าใช้จ่ายไปก่อนและนำไปเบิก

ในภายหลัง ก่อนมีระบบการเบิกจ่ายโดยตรงในส่วนที่เกี่ยวกับการดูแลรักษาและการเตรียมให้ยาหลังการรักษาแทบทุกโรงพยาบาลได้มีนิตหมายให้พบหมอและเตรียมยาให้พอเพียงแก่การดูแลรักษา หลายกรณีโรงพยาบาลได้ออกหนังสือแนะนำโรคไว้เพื่อผู้ที่เกี่ยวข้องจะได้ระมัดระวังการให้อาหารและเครื่องดื่ม แม้เดินทางต่างประเทศก็มีหนังสือเป็นภาษาอังกฤษแนะนำผู้ที่เกี่ยวข้องเพื่อความปลอดภัยของคนไข้

ประเด็นสำคัญที่อยากกล่าวถึงคือ เรื่องนิตหมายคนไข้ ปกติหมอจะนัดหมายตามกำหนดระยะเวลาที่เหมาะสม อาจ 3-6 เดือนหรือ 1 ปี จากประสบการณ์ของต่างประเทศ โดยเฉพาะสหรัฐ โรงพยาบาลจะมีคนไข้ไปใช้บริการตามนัดหมายและตามคำแนะนำของแพทย์ที่อ้างถึงเท่านั้น คนไข้จะไปโรงพยาบาลโดยตรงไม่ได้ ยกเว้นกรณีฉุกเฉินเท่านั้น ฉะนั้นโรงพยาบาลในต่างประเทศจึงดูไม่ค่อยมีคน ไม่เหมือนประเทศไทยอยากจะทำจะไปเป็นไปตามสะดวก จึงจะเห็นได้ว่าโรงพยาบาลขนาดใหญ่ไม่ว่า จุฬาลงกรณ์ รามา ศิริราช คนไข้เหมือนมีงานตลาดนัด ทุกคน แต่ไปใช้บริการการรักษา ทราบว่าระยะหลังทางจุฬาฯ เริ่มจำกัดคนไข้สำหรับวันหนึ่งๆ จะรักษาได้ที่คน หากเกินนั้นจะนัดไปวันถัดไป ผมเห็นว่าเหมาะสมและทุกโรงพยาบาลควรทำเสนอแนวทางดังกล่าวมาปรับใช้โดยอย่าตามใจคนไข้จนเกินไป ส่วนการรอคิวปกติตามหลัก ใครมาก่อนย่อมได้รับการก่อน แต่ในความเป็นจริงผมจะไปเข้าเสมอเพื่อรับบริการจากหมอ แต่ในทางปฏิบัติ แม้เราจะทำใบนัดไปเสียเปรียบคิวที่โรงพยาบาลได้เตรียมไว้ แต่จะมีกรณีเจ้าหน้าที่นำใบนัดเป็นปีๆ มาปิดไว้ก่อน และมีการลัดคิวอยู่เสมอๆ ซึ่งอาจเป็นคนไข้ที่รู้จักคุ้นเคยกับหมอ พยาบาล คนไข้ที่มีพรรคพวกทั้งใหญ่และเล็ก เราก็ต้องรอไปแบบไทยๆ มิฉะนั้นเราจะอยู่ในสังคมไทยๆ ไม่ได้อย่างมีความสุข แม้ภาพลักษณ์โดยทั่วข้าราชการจะไม่ค่อยเจ็บป่วยในขณะรับราชการ แต่ในความเป็นจริง การเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นสัจธรรมที่คนไทยทุกคนจะต้องประสบ ฉะนั้นเพื่อความไม่ประมาท ประกอบกับหลังเกษียณอายุราชการโรคต่างๆก็ไม่ได้เคยเกิดขึ้นอาจจะมาเยี่ยมเยียนตามโอกาส เช่น ความดันโลหิต เบาหวาน หัวใจ จึงต้องการดูแลโดยหมอพิเศษเฉพาะทาง จากประสบการณ์จากการเจ็บป่วยทั้งในและต่างประเทศหรือประสบการณ์การดูแลรักษาสุขภาพ ผมมีความเห็นใคร่เสนอเพื่อพิจารณาบางประเด็น กล่าวคือ การดูแลตนเองจากการปฏิบัติจริง เมื่อพบความผิดปกติก็จะรีบไปหาหมอด้วยตนเองคือรีบไปพบแพทย์ก่อนที่จะเสียเวลาและรอให้เหตุการณ์สายจนเกินไปขาดแค่การรักษา เพราะปกติคนเจ็บมักจะรอให้เกิดเหตุการณ์สายหรือเกือบสายจึงจะไปหาหมอ แม้หมอก็คงจะช่วย

ท่านไม่ได้จากประสบการณ์ส่วนตัวและทุกการเจ็บป่วย ผมก็จะรีบไปพบแพทย์โดยตรง ซึ่งขณะไปพบแพทย์ก็มีสติดีและมีชีวิตปกติ ไม่เจ็บป่วยหนักจนเกินไป ยากแก่การเยียวยารักษาของหมอ ประการที่สองมีข้อมูลทั้งประวัติส่วนตัว ประวัติโรค ประวัติการดูแลรักษา และผลการตรวจเลือดล่าสุด โดยปกติคนไข้จะมีสมุดเฉพาะฉบับที่ทำข้อมูลต่างๆ ไว้ให้ทันสมัยอยู่เสมอ และสามารถค้นหาได้อย่างรวดเร็ว รวมทั้งสมุดการใช้ยาประเภทต่างๆ สำหรับประเด็นค่ารักษาพยาบาลก็เป็นอีกเรื่องหนึ่งที่ต้องกล่าวถึง แม้ว่าราชการจะเบิกค่ารักษาพยาบาลและค่ายาได้ ก็จำเป็นจะต้องเตรียมเงินไว้จำนวนหนึ่ง เพื่อจ่ายค่ารักษาพยาบาลและค่ายาที่เบิกไม่ได้ โดยเฉพาะกรณีเจ็บไข้ กรณีใหญ่ๆหรือโรคหนักๆสำหรับใช้เงินจำนวนหนึ่ง เพราะขณะนี้การดูแลและรักษาสุขภาพมีราคาแพง นอกจากจะเบิกไม่ได้ตามระเบียบแล้ว การดูแลรักษาหลายรายการมีราคาแพงเช่น การรักษาฟัน เป็นต้น การเจ็บไข้เป็นสังขารที่ทุกคนต้องพบหลีกเลี่ยงไม่ได้ การเตรียมตัวและการป้องกันเป็นหนทางที่ดีที่สุดมากกว่าการรักษาเพราะต้องใช้เวลาและค่าใช้จ่าย การป้องกันก็คือการออกกำลังกายเป็นหนทางที่ดีที่สุดที่จะทำให้สุขภาพแข็งแรง สมบูรณ์ และเป็นที่ยอมรับของทุกคน ประการสุดท้ายการให้ข้อมูลแก่คนไข้โดยตรงไปตรงมาหลายกรณีเป็นเรื่องยุ่งยากที่จะได้ข้อมูลและข้อเท็จจริงจากผู้ที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งประวัติการรักษา มีหลายโรงพยาบาลมีระบบที่ดีมาก เปิดเผยและยินดีที่จะให้คนไข้ ผู้ที่เกี่ยวข้องและเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้อง ไม่ว่าจะหมอมอ พยาบาล และเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องได้ทราบข้อเท็จจริงเกี่ยวกับคนไข้และการดูแลรักษา รวมทั้งอุปกรณ์ต่างๆ บางแห่งยินดีให้สำเนาประวัติการรักษาด้วยระบบอิเล็กทรอนิกส์สมัยใหม่ด้วยซ้ำ ทั้งหมดก็เพื่อสะดวกแก่คนไข้ที่จะสามารถเลือกโรงพยาบาล หมอมอและพยาบาลได้ตามที่ตนประสงค์
