

Spiritual Health Care สู่คุณภาพยุคใหม่

แนวทางการดูแลด้านจิตวิญญาณในบุคลากรสุขภาพ เพื่อต่อยอดคุณภาพบริการที่ไม่
หยุดแค่มาตรฐาน แต่คือการสร้างคุณค่าที่ลึกซึ้งและยั่งยืน

นพ.อนุวัฒน์ ศุภชุติกุล

ผู้ทรงคุณวุฒิสถาบันรับรองคุณภาพสถานพยาบาล (สรพ.)

และที่ปรึกษาด้านคุณภาพของคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

MED CMU Quality Fair ครั้งที่ 6 ประจำปี 2568

“Artificial Intelligence (AI) Synergy for Quality and Sustainability”

ณ ห้องประชุมชั้น 2 อาคารเรียนรวม

12 พฤศจิกายน 2568 เวลา 9.00-10.00 น.

เป็นเรื่องของความมีจิตใจสูง **งดงาม** เมตตา รับผิดชอบ
สมานฉันท์ เกื้อกูลกัน ไม่เห็นแก่ตัว
เป็นเรื่องของความเชื่อในสิ่งยึดเหนี่ยว
เป็นเรื่องของการสำนึกรู้ภายใน
เป็นเรื่องของคุณค่า เป็นเรื่องของอุดมคติ
เป็นความสามารถที่จะให้ความหมายแก่ชีวิตและทุกสิ่ง
เป็นชุมพลังภายใน เป็นเรื่องของพลังชีวิต
เป็นวิถีอันศักดิ์สิทธิ์ของการดำเนินชีวิตอย่างกลมกลืน
กับความงามโดยรอบ และความงามในตัวเรา
เป็น inner resource for healing

สสส.ให้นิยาม “สุขภาวะทางปัญญา” ว่า
ศักยภาพในการเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น เข้าใจชีวิต ตามความเป็นจริง
นำมาสู่ชีวิตที่สมดุลและมีความสุข มีจิตใจที่มั่นคง **เห็นความสัมพันธ์เชื่อมโยง
กับผู้อื่นและธรรมชาติ** สามารถดูแลตนเอง **ร่วมขับเคลื่อนให้เกิดสังคมที่เกื้อกูล**
เคารพความแตกต่างหลากหลายและมีศักยภาพในการฟื้นคืน

เน้นการทำงานเพื่อ

- 1) ส่งเสริมศักยภาพในการรับฟังและแลกเปลี่ยนเรียนรู้เพื่อสร้างความเข้าใจซึ่งกันและกัน (empathy)
- 2) สนับสนุนการให้และจิตอาสาเพื่อสังคมที่เกื้อกูล
- 3) ส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้เพื่อสร้างจิตสำนึกใหม่ อันนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงเชิงระบบและโครงสร้าง (system change)

จิตวิญญาณในบริการสุขภาพ



โรงพยาบาล
โรงพยาบาลคุณภาพ

AHA



องค์ประกอบสำคัญของการใช้จิตวิญญาณในบริการสุขภาพ



โรงพยาบาล
โรงพยาบาลคุณภาพ

AHA

Holistic Approach

ตระหนักว่าร่างกาย จิตใจ จิตวิญญาณของบุคคล เชื่อมโยงกัน
ก้าวข้ามรูปแบบทางชีวการแพทย์เพียงอย่างเดียว ไปสู่การรวมเอา
คุณค่า ความเชื่อ และจุดมุ่งหมายอันลุ่มลึกของบุคคลไว้ด้วยกัน

Patient-centered Care

เข้าใจความต้องการและความเชื่อทางจิตวิญญาณของผู้ป่วย
ซึ่งทำได้โดยใช้การประเมินแบบง่ายๆ เช่น HOPE, FICA

Meaning & Purpose

ช่วยให้ผู้ป่วยค้นหาความหมายและจุดมุ่งหมาย โดยเฉพาะในช่วงวิกฤต
เช่น การเจ็บป่วย ซึ่งสามารถปรับปรุงกลไกการรับมือและความยืดหยุ่นได้

Spiritual Distress

ระบุและแก้ไขความทุกข์ที่เกี่ยวข้องกับความต้องการทางจิตวิญญาณ หรือ
คำถามเชิงปรัชญาของบุคคล

Resources

การใช้ประโยชน์จากทรัพยากรทางจิตวิญญาณที่มีอยู่ของผู้ป่วย เช่น ศรัทธา การภาวนา
หรือการเชื่อมโยงกับธรรมชาติ เพื่อสนับสนุนกระบวนการดูแลรักษาสำหรับพวกเขา

แม่ - โลกที่สัมพันธ์ด้วยมิติแห่งความหมายที่ลึกซึ้ง



เกือบทุกวันที่ผมกลับบ้านในเวลามืดค่ำ แม่นั่งรอผมอยู่

“กินอะไรมาแล้วหรือยัง?”

“ต้องการกินอะไรอีกไหม?”

คำถามเหล่านี้ได้ยินจากปากแม่เสมอ

หลังจากที่ได้ฟังคำปฏิเสธจากผมที่ไม่กินอาหารในเวลาเย็น แม่เดินไปเก็บอาหารที่เตรียมไว้

ภาพของหญิงชราที่เดินไปเก็บอาหารจากโต๊ะไปไว้ในตู้เย็น เป็นภาพที่ผมยืนดูด้วยความเห็นใจและ
ซึ่งน้ำใจ แต่ก็เห็นใจต่อหญิงชรา **หาใช่ความหมายของลูกที่เข้าถึงความรักในใจของแม่ไม่**

ผมไม่สามารถเข้าถึงโลกของแม่ได้ เพราะไม่มีสะพานแห่งศรัทธาที่จะทอดข้ามไป แต่แม่กลับเข้า
มาสู่โลกของผมได้ เพราะแม่มีสะพานที่ทอดข้ามมา สะพานแห่งศรัทธาที่แม่มีอยู่ ทำให้แม่มีผมเป็นลูก
ได้

โลกในวัยหนุ่มของผม เป็นโลกแห่งข้อเท็จจริงที่แยกเป็นส่วนๆ แต่ละส่วนต่างเป็นไปตามกลไก
ภายในของตนเอง ไม่ได้ถูกเชื่อมโยงให้**สัมพันธ์ด้วยมิติแห่งความหมายที่ลึกซึ้ง**ใดๆ

ประมวล เพ็งจันทร์

เมื่อลุกขึ้นยืนแล้วมองไปรอบๆ ตัวจึงพบว่า ตนเองยืนอยู่ท่ามกลางผู้คนที่นั่งนอนหลับเรียงรายอยู่ทั่วทั้งสถานีรถไฟ โดยไม่มีที่ว่างให้ย่างเท้าลงแทรกเพื่อเดินออกไปได้เลย มนุษย์แต่ละคนมีผ้าห่มสีคล้ำๆ ดำๆ คลุมปิดร่าง แต่ละคนมีผ้าห่มผืนเล็กๆ กันคนละผืน แต่ดูเหมือนว่ามีผ้าห่มผืนใหญ่ผืนเดียว คลุมปิดพื้นที่ทั้งหมดของชานชาลาสถานีรถไฟไว้

รู้สึกเหมือนว่าผมตื่นขึ้นมาพบโลกใบใหม่ แปลกแตกต่างไปจากโลกใบเดิมอย่างสิ้นเชิง เป็นโลกที่มนุษย์ถูกหลอมรวมให้เป็นเนื้อเดียวกัน ไม่มีมนุษย์เป็นคนๆ ไม่มีคนอื่น มีแต่เพื่อนมนุษย์ที่มานอนด้วยกัน เราเป็นสุขกับการนอนหลับร่วมกัน

แต่ละก้าวที่ผมย่างเหยียบลงไปบนพื้นที่นอนของเพื่อนผู้ร่วมแสวงบุญ ทำให้ผมตระหนักรู้ถึง **ความหมายของการดำเนินชีวิต** ที่ต้องย่าง เหยียบ และย่างไปในที่ต่างๆ โดยไม่เบียดเบียน ไม่รบกวน ไม่ทำลายเพื่อนร่วมโลก เป็นเส้นทางที่แสงดงามแห่งการเดินทางด้านใน

ประมวล เพ็งจันทร์

ระวังอย่าติด “กับดัก” เหล่านี้

1. กับดักของ Ignorance
2. กับดักของความกลัว
3. กับดักของความสมบูรณ์แบบ
4. กับดักของการเอาชนะ
5. กับดักของการใช้อำนาจ
6. กับดักของความรู้อย่างที่ไม่รู้
7. กับดักของภาระงาน
8. กับดักของความเป็นเจ้าของ
9. กับดักของ Standardization อย่ามีให้มากเกินไป เปิดช่องให้มีความยืดหยุ่น
10. กับดักของเครื่องมือ เข้าใจเป้าหมายของเครื่องมือช่วยคิด ไม่ติดรูปแบบ
11. กับดักของชื่อ/คำศัพท์ มีชื่อต่างกันที่ความหมายใกล้เคียงกันมากมาย
12. กับดักของการวิจัย สมมติฐานที่พยายามพิสูจน์อาจเป็นการหลอกตัวเอง การทดลองโดยไม่หมั่นซ้ำ
13. กับดักของตัวชี้วัด วัดเพื่อพัฒนาคือการกำหนดตัววัดของเราเอง เพื่อให้เราใช้หาโอกาสพัฒนาของเรา
14. กับดักของการประเมินและรับรอง

จิตวิญญาณในการทำงานประจำวัน



โรงพยาบาล
โรงพยาบาลคุณภาพ

AHA



รักตนเอง: ใช้พลังของจิตที่นิ่ง จดจ่อ และตื่นรู้
รักงาน: ทำงานด้วยความประณีต มีศิลปะ
รักเพื่อน: รับฟังและสื่อสารอย่างสร้างสรรค์
รักผู้ป่วย: ดูแลด้วยหัวใจ เคารพศักดิ์ศรี
รักองค์กร: ใช้พลังขององค์กรที่มีชีวิต
รักสิ่งแวดล้อม: สร้างสิ่งแวดล้อมเพื่อการเยียวยา
รักสังคม โลก มนุษยชาติ: รับผิดชอบต่อสังคมในภาพใหญ่



ชม. (เชียงใหม่) Share SHA Day!

13 พ.ค. 2567

(เปิดลงทะเบียนวันที่ 18 มีนาคม - 20 เมษายน 2567)

Caring and concern

Kindness

Give and Take

Respect for others

Altruistic love

Empathy

Positive thinking

Teamwork

งานารฟรีทุกมื่อ!!

ชมฟรี
ตลอดงาน

ร่วมลุ้นรางวัล



Cultural Transformation

7 Level of Organizational Conscious



Personal

Organizational

Positive Focus / Excessive Focus

รับใช้ผู้อื่น

Service

7

Service To Humanity and the Planet

Social responsibility, future generations, long-term perspective, ethics, compassion, humility

เชื่อมโยงกับผู้อื่น

Making a Difference

6

Strategic Alliances and Partnerships

Environmental awareness, community involvement, employee fulfilment, coaching/mentoring

ชีวิตที่มีเป้าหมาย มีค่านิยม

Internal Cohesion

5

Building Internal Community

Shared values, vision, trust, commitment, integrity, passion, transparency, humour/fun

เป็นตัวของตัวเอง

Transformation

4

Continuous Renewal and Learning

Courage, accountability, adaptability, empowerment, teamwork, goals orientation, personal growth

ทำให้พ่อแม่และเพื่อนพึงพอใจ

Self-esteem

3

High Performance

Systems, processes, quality, best practices, pride in performance. **Bureaucracy, complacency**

อยู่ร่วมกับผู้อื่น ทำตามวัฒนธรรม

Relationship

2

Employee Recognition

Loyalty, friendship, open communication, customer satisfaction, friendship. **Manipulation, blame**

อยู่อย่างมีสุขภาพดีและปลอดภัย

Survival

1

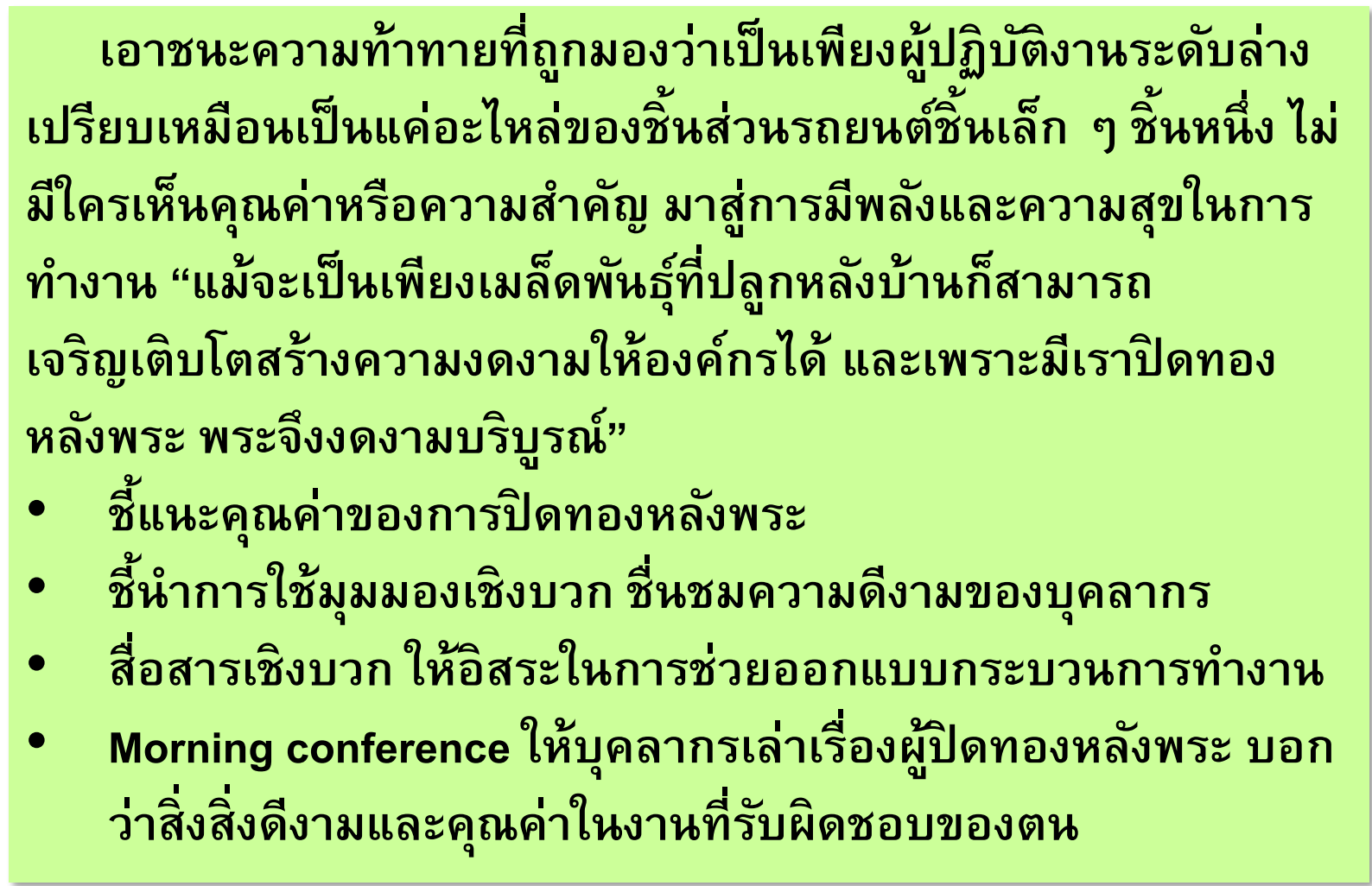
Financial Stability

Shareholder value, profit, organisational growth, employee health, safety. **Control, corruption, greed**

ความอยู่รอดขององค์กร

ใช้ spirituality เป็น super core values
ร่วมกันสร้างองค์กรที่มีชีวิต (Living Organization)
องค์กรที่น่าไว้วางใจ (High Reliability Organization)
ขจัด mindset ที่เป็นปัญหา
Cultural transformation

- **Respect ผู้อื่น** ความคิด ความสามารถ ความเป็นมนุษย์
- **ใช้ภาษายีราฟ** (Non-violence communication)
- **Team Reflection**
- **Camaraderie** เรามีกันและกันเสมอ
- **สนทนาอย่างสร้างสรรค์** (สร้างอนาคตที่งดงามให้สังคมทุกครั้งที่พูด)
- **A-I-C** มองเห็นคุณค่าดี ๆ รอบตัว ชักชวนผู้เกี่ยวข้อง ควบคุมตนเอง
- **Deep democracy** ให้ความสำคัญกับทุกเสียง (เสียงส่วนมาก เสียงส่วนน้อย เสียงผี)
- **3rd Alternative** ใช้ Synergy ก้าวข้ามความขัดแย้งสู่ทางเลือกที่สาม



วันที่ 10-12 พฤศจิกายน 2568 ณ ห้องประชุมชั้น 2 อาคารเรียนรวม

เวที SHA reflection ในหน่วยงานควรเป็นอย่างไร weekly, monthly จะพูดคุยกันเรื่องอะไร

คำถามสำหรับสมาชิกทีมแต่ละคน	คำถามสำหรับทีม
ฉันให้คุณค่ากับอะไรบ้าง	ทีมให้คุณค่ากับอะไร
ความสุขของฉันคืออะไร	ความสนุกในการทำงานเป็นทีมคืออะไร
ฉันต้องการอะไรมากที่สุดในชีวิต	เป้าหมายของทีมคืออะไร
สิ่งที่ฉันคิดว่าฉันทำได้ดีคืออะไร	สิ่งที่ทีมทำได้ดีคืออะไร
อะไรคือสิ่งที่ทำให้ฉันมีแรงในการใช้ชีวิตต่อไป	อะไรคือสิ่งที่ทำให้ทีมมีพลังในการทำงานร่วมกันต่อไป
ฉันกำลังใช้เวลาอย่างคุ้มค่าอยู่หรือไม่	ทีมกำลังใช้เวลาอย่างคุ้มค่าอยู่หรือไม่
ฉันกำลังละเลยหรือเพิกเฉยเรื่องสำคัญบางเรื่องอยู่หรือไม่	ทีมกำลังละเลยเรื่องสำคัญบางเรื่องไปหรือไม่
ฉันกำลังมีมุมมองที่ดีและเป็นประโยชน์อยู่หรือไม่	ค่านิยมร่วมของทีมที่ควรรักษาไว้คืออะไร
ฉันกำลังใช้ชีวิตในแบบที่เป็นตัวเองอย่างแท้จริงอยู่หรือไม่	ทีมมีวิธีการทำงานและผลงานที่พึงประสงค์หรือไม่
ฉันคิดเรื่องลบๆ ก่อนที่จะเผลอหลับไปหรือไม่	ทีมมีความคิดลบๆ อะไรแทรกอยู่หรือไม่
ฉันให้ความสำคัญกับความสัมพันธ์ที่มีอยู่หรือไม่	ทีมให้ความสำคัญกับความสัมพันธ์ที่มีอยู่หรือไม่
ฉันให้บางอย่างมาควบคุมตัวเอง ทำให้ตัวเองเครียดอยู่หรือไม่	ทีมมีอิสระในการทำงานเพียงใด
ฉันได้ทำตามเป้าหมายที่ตัวเองตั้งไว้หรือไม่	ทีมได้ทำตามเป้าหมายที่ตั้งไว้หรือไม่

 គោលនយោបាយ
 គោលនយោបាយ
 AHA



วันที่ 10-12 พฤศจิกายน 2568 ณ ห้องประชุมชั้น 2 อาคารเรียนรวม

“เรามีกันและกันเสมอ” (Camaraderie)



“Camaraderie” : "ความสนิทสนมกลมเกลียว"

"มิตรภาพและความผูกพัน" “เรามีกันและกันเสมอ” “เราอยู่ทีมเดียวกัน”

ช่วยลดความเครียด ป้องกันภาวะหมดไฟ และปรับปรุงการสื่อสารและการดูแลผู้ป่วยให้ดียิ่งขึ้น

- **ความไว้วางใจ**: เชื่อใจว่าเพื่อนร่วมงานจะคอยสนับสนุนคุณ
- **การสนับสนุนซึ่งกันและกัน**: รู้ว่าคุณสามารถพึ่งพาซึ่งกันและกันได้ โดยเฉพาะในช่วงเวลาที่ยากลำบาก
- **ประสบการณ์ร่วมกัน**: การได้ใช้เวลาร่วมกัน ไม่ว่าจะเป็นความสำเร็จ ความท้าทาย หรือแม้กระทั่งกิจวัตรประจำวันธรรมดาๆ ก็สร้างความผูกพันได้
- **ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่ง**: รู้สึกได้รับการยอมรับและมีคุณค่าในฐานะส่วนหนึ่งของกลุ่ม
- **ความปรารถนาดี**: บรรยายภาพโดยรวมที่เป็นมิตรและมองโลกในแง่ดี

“เรามีกันและกันเสมอ” (Camaraderie)

ลองฝึกพูดประโยคทำนองนี้

ระหว่างการทำงาน

- เธอจัดการเรื่อง.... ได้ดีมาก น่าชื่นชมจริงๆ
- ขอบคุณมากนะที่เข้ามาช่วยเรื่อง... ตั้งแต่เริ่มแรกเลย
- ใครจะไปกินกาแฟบ้าง ฉันเลี้ยงเอง
- เรื่องนี้มันท้าทายมาก แต่ทีมของเราก็จัดการได้ดี ยอดเยี่ยมเลยทุกคน
- ฉันได้เรียนรู้จากการดูที่เธอทำ เธอมีทักษะเรื่อง... ดีมากเลย
- ขอ check in หน่อย วันนี้เป็นอย่างไรกันบ้าง

ระหว่างการประชุมหรือสรุป

- ก่อนที่จะลงลึกในเนื้อหา ขอชื่นชมทีม ก. ที่รับมือกับปริมาณผู้ป่วยที่ทะลักเข้ามาอย่างไม่คาดฝันเมื่อวานนี้
- มีความสำเร็จอะไรจากเวทีที่แล้วที่เราควรเฉลิมฉลองกันบ้าง

กรอบความคิดของพลังทวี (Synergy)



โรงพยาบาล
โรงพยาบาลสุภาพ

AHA



- (1) ฉันมองเห็นตัวเอง รู้จักตัวเอง แรงจูงใจ ความล้มเหลว อคติ สมมติฐานต่างๆ
- (2) ฉันมองเห็นตัวคุณ ยอมรับ ใส่ใจ เห็นคุณค่าในตัวของคุณ มีความรู้สึกเชิงบวก และเปิดเผยต่อคุณ เห็นคุณเป็นมนุษย์ปุถุชนคนหนึ่ง คุณไม่ใช่สิ่งของ คุณเป็นประหนึ่งพี่น้อง
- (3) ฉันค้นหาตัวตนของคุณ เข้าถึงและเข้าใจความเป็นมาของคุณ เข้าใจว่าคุณมีปัญหาอะไร เข้าใจสิ่งที่อยู่ในหัวใจ ในความคิดและจิตวิญญาณของคุณ
- (4) ฉันประสานพลังทวีกับคุณ

วิธีคิดแบบ 2 ทางเลือก	วิธีคิดแบบทางเลือกที่ 3
ฉันเห็นแต่ฝ่ายของฉัน	ฉันเห็นว่าตัวเองเป็นอิสระจากฝ่ายของฉัน
ฉันเห็นคุณเป็นแบบเดียวกับคนอื่น ๆ	ฉันเห็นคุณเป็นมนุษย์คนหนึ่ง ไม่ใช่เป็นตัวแทนของฝ่ายของคุณ
ฉันปกป้องตนเองจากคุณ เพราะว่า คุณเป็นฝ่ายผิด	ฉันค้นหาตัวตนของคุณ เพราะคุณมีความเห็นที่แตกต่าง
ฉันโจมตีคุณ เราทำสงครามกัน	ฉันประสานพลังทวีกับคุณ เราร่วมกันสร้างอนาคตอันน่าอัศจรรย์อย่างที่ไม่เคยคาดคิดมาก่อน

4 ขั้นตอนสู่พลังทวี



โรงพยาบาล
โรงพยาบาลคุณภาพ

AHA

1. ตั้งคำถามแห่งทางเลือกที่ 3 เริ่มต้นด้วยการหยั่งความคิดกัน “คุณปรารถนาจะพบหนทางแก้ปัญหที่ดีกว่าหนทางที่เราแต่ละคนคิดมาก่อนหรือไม่” คำถามนี้ช่วยเปลี่ยนแปลงและลดแรงต่อต้านได้ เพราะผมไม่ได้ขอให้คุณล้มเลิกไอเดียของคุณ
2. นิยามเกณฑ์ที่เป็นบรรทัดฐานแห่งความสำเร็จ “คำว่าดีกว่าที่ว่านี้ น่าจะมีลักษณะอย่างไร”
3. การแสวงหาทางเลือกที่ 3 ทดลองหนทางที่เป็นไปได้ สร้างสรรค์ต้นแบบ ระดมสมองเพื่อให้ได้กรอบวิธีการใหม่ๆ พลิกมุมมองกลับไปมา ระงับการตัดสินใจชั่วขณะหนึ่ง
4. บรรลุสู่พลังทวี



แบบวัดจิตวิญญาณในการทำงาน

	สำนึกร่วมความเป็นชุมชน หมายถึงการรับรู้ว่าคุณงานมีความศรัทธา ไว้วางใจในกลุ่มผู้ร่วมงาน รับรู้ว่าคุณเองเป็นส่วนหนึ่งของชุมชนในองค์กร พนักงานมีการดูแลเอาใจใส่กันอย่างจริงใจ
13	ท่านมีความรู้สึกว่าคุณงาน ในโรงพยาบาลนี้มีความไว้วางใจซึ่งกันและกัน
14	ท่านมีความรู้สึกว่าคุณงานที่ปฏิบัติงานอยู่ มีความอบอุ่นเหมือนบ้าน
15	ท่านมีความรู้สึกศรัทธาต่อเพื่อนร่วมงาน
16	ท่านและทีมงานในหน่วยงานมีความรักและดูแลซึ่งกันและกันอย่างจริงใจ
17	เพื่อนร่วมงานในหน่วยงานมีการแบ่งปัน สนับสนุนซึ่งกันและกันเสมอ
18	ท่านรู้สึกว่าคุณเองเป็นส่วนหนึ่งของชุมชนในโรงพยาบาลนี้

- **IKIGAI** ทำในสิ่งที่รัก (รักในงานที่ทำ) สิ่งที่ทำได้ดี สิ่งที่โลกต้องการ สิ่งที่คนยอมซื้อ
- **Value & Meaning** รู้คุณค่าและความหมายของงานที่ทำ
- **Flow** ไต่บันไดความยากอย่างมีความสุข
- **Art in Work** ทำงานทุกชิ้นด้วยศิลปะและความประณีต
- **Joy in Work** นึกถึงวันดี ๆ ร่วมกันขจัดอุปสรรคที่ทำให้งานไม่สนุก
- **Listening into Action (LiA)** รับฟังและเสริมพลังบุคลากรเพื่อลด pain point

IKIGAI หาความหมายในงาน : ทำในสิ่งที่รัก รักในงานที่ทำ



สิ่งที่รัก -> สุขใจ
สิ่งที่ทำได้ดี -> พอใจ
สิ่งที่โลกต้องการ -> ทำทนาย
สิ่งที่คนยอมซื้อ -> อยู่ได้

หากเราค้นพบจุดร่วม หรือ Ikigai นี้
เราก็จะหาความหมายของชีวิตเจอ และ
พบว่าการตื่นขึ้นมาในทุกวันช่างมี
ความหมายและมีความสุข

ผู้ตรวจการฯ ได้ดำเนินการในการประชุมแบบสาธารณะเพื่อถ่ายทอดข้อมูลข่าวสารไปยังฝ่ายรัฐและราว 1 เดือนต่อมา ผู้บัญชาการฯ ได้มีการขอข้อมูลจากบริษัทผู้ผลิตสินค้าเพื่อใช้ในการวิเคราะห์และตรวจสอบข้อมูล ซึ่งข้อมูลประกอบกับการดำเนินการนี้คือ ผลลัพธ์ที่สืบเนื่องมาจากข้อบังคับฉบับใหม่ ที่กำหนดว่าบริษัทผู้ผลิตสินค้าต้องเปิดเผยข้อมูลเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์ของตนต่อสาธารณะและผู้บริโภค อย่างไรก็ตาม การดำเนินการดังกล่าวของผู้ตรวจการฯ ได้ก่อให้เกิดข้อกังขาในสังคมเกี่ยวกับความโปร่งใสของข้อมูล โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเปิดเผยว่า ผู้ตรวจการฯ ได้ดำเนินการตรวจสอบข้อมูลจากแหล่งข้อมูลต่างๆ อย่างไรบ้าง เนื่องจากข้อมูลเหล่านี้มีผลเกี่ยวข้องกับข้อมูลสาธารณะ ดังนั้นจึงมีความจำเป็นที่ผู้ตรวจการฯ จะต้องดำเนินการตรวจสอบข้อมูลจากแหล่งข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับข้อมูลสาธารณะของพวกเขามาก่อน เพื่อให้ทราบถึงขอบเขตของหน้าที่ของตนในการดำเนินการตรวจสอบ:

บริจาคเลือด

ลูกแอบซ่อนตัวหนีพ่อ (หอผู้ป่วยกุมารเวชกรรม 4)



ระบบการดูแลผู้ป่วยด้วยมิติจิตวิญญาณ (SHA)

SHA

ชม. Share SHA Day

July 10-12 September 2023

ชื่อผลงานเรื่องเล่า "ลูกแอบซ่อนตัวหนีพ่อ"

สรุปสาระสำคัญ

ครอบครัวไม่สบายใจ การสื่อสาร การสร้างสัมพันธ์ที่ดี ทำให้เกิดไม่เต็มใจ... (text continues)

ปัญหาและสาเหตุของปัญหา

ครอบครัวไม่สบายใจ... (text continues)

กระบวนการพัฒนา (process)

1. จัดทำ Family Council โดยทีมสหสาขาวิชาชีพ... (text continues)
2. ประสานงานกับสหสาขาวิชาชีพที่เกี่ยวข้อง... (text continues)
3. ประสานงานกับสหสาขาวิชาชีพที่เกี่ยวข้อง... (text continues)
4. ประสานงานกับสหสาขาวิชาชีพที่เกี่ยวข้อง... (text continues)
5. ประสานงานกับสหสาขาวิชาชีพที่เกี่ยวข้อง... (text continues)
6. ประสานงานกับสหสาขาวิชาชีพที่เกี่ยวข้อง... (text continues)
7. ประสานงานกับสหสาขาวิชาชีพที่เกี่ยวข้อง... (text continues)

การประเมินผลความสำเร็จ (performance)

1. ผู้ป่วยได้กลับบ้านอย่างปลอดภัย
2. ผู้ป่วยไม่มีความวิตกกังวล... (text continues)
3. ผู้ป่วยมีความพึงพอใจ... (text continues)

บทเรียนที่ได้

1. การทำงานร่วมกัน... (text continues)
2. การทำงานร่วมกัน... (text continues)
3. การทำงานร่วมกัน... (text continues)

ลูกคนกลางเป็น CA pituitary หลังผ่าตัดครั้งที่ 2 แล้วต้องใส่เครื่องช่วยหายใจ อยู่ รพ. เป็นปี ครอบครัวต้องแยกกันอยู่ แม่เฝ้าอยู่ที่ รพ. พ่ออยู่กับลูกคนโตบนดอยอย่างขาง เล็ก คนเล็กอยู่กับป้าในเมือง

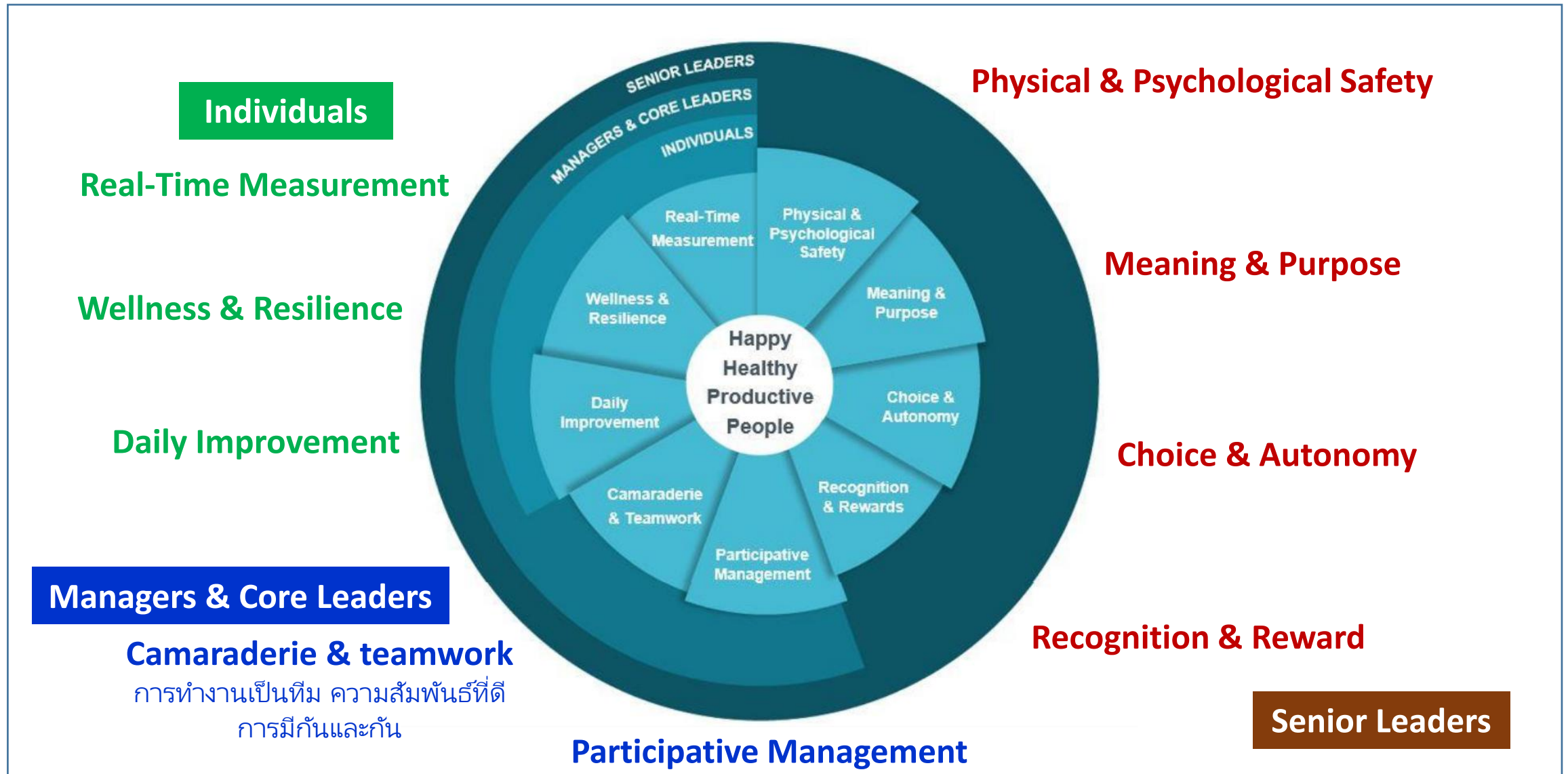
เมื่อพ่อไปเยี่ยมลูกคนเล็ก ลูกจะวิ่งไปแอบเพราะกลัวพ่อ รับไปอยู่บนดอย

ทีมงานวางแผนและดำเนินการรอบด้าน เพื่อให้เด็กที่ต้องใช้เครื่องช่วยหายใจ กลับไปอยู่บ้านกับครอบครัวบนดอย รวมทั้งประสานกับสาธารณสุขใกล้บ้านเพื่อการดูแลต่อเนื่อง

การให้คุณค่าและความหมายของงาน

	คุณค่าและความหมาย
งานเยี่ยมบ้าน	บ้านและครอบครัวเป็นที่เยียวยาที่ยั่งยืน
การจ่ายยาผู้ป่วย ER	Real-time drug delivery
พยาธิวิทยา	The best information for accurate diagnosis
ICU	คืนชีวิตที่มีคุณภาพให้ครอบครัว
IPC	Break transmission with awareness & culture
วิสัญญี	พาผู้ป่วยผ่านอุโมงค์เวลาแห่งนิทราอย่างปลอดภัย
ห้องคลอด	การทำคลอดความฝันของแม่
การดูแลผู้สูงวัย	สร้างควมมีชีวิตชีวาให้กับผู้สูงวัย ส่งเสริมการเติบโตด้านจิตวิญญาณของผู้สูงวัย (integrity vs despair) การตอบแทนผู้มีพระคุณของครอบครัวและสังคม การเรียนรู้เพื่อเตรียมตัวตนเอง

IHI Framework for Improving Joy in Work





ถามบุคลากร “อะไรคือสิ่งสำคัญสำหรับคุณ” (What matter to you?)
ในบรรยากาศที่มีความไว้วางใจ และรู้สึกสบายใจที่จะพูดความจริง

ค้นหาอุปสรรคที่ทำให้งานไม่สนุก
เอาที่ขัดๆ มีความเฉพาเฉาะจง เพื่อปรับเปลี่ยนได้ถูกต้อง

มุ่งมั่นใช้วิธีเชิงระบบเพื่อทำให้งานเป็นเรื่องสนุก
โดยมีความรับผิดชอบร่วมกันทุกระดับ

ใช้ improvement science
เพื่อทดสอบวิธีการปรับเปลี่ยนเพื่อให้เกิด joy in work

NHS Listening into Action (LiA)

Base on a powerful **12-month journey**, this is a way to systematically **empower your staff** to take action where it matters.

1 Creating a Movement

Set-up and Launch
Baseline Measures
High Profile
Communication Campaign

2 Engaging Our People

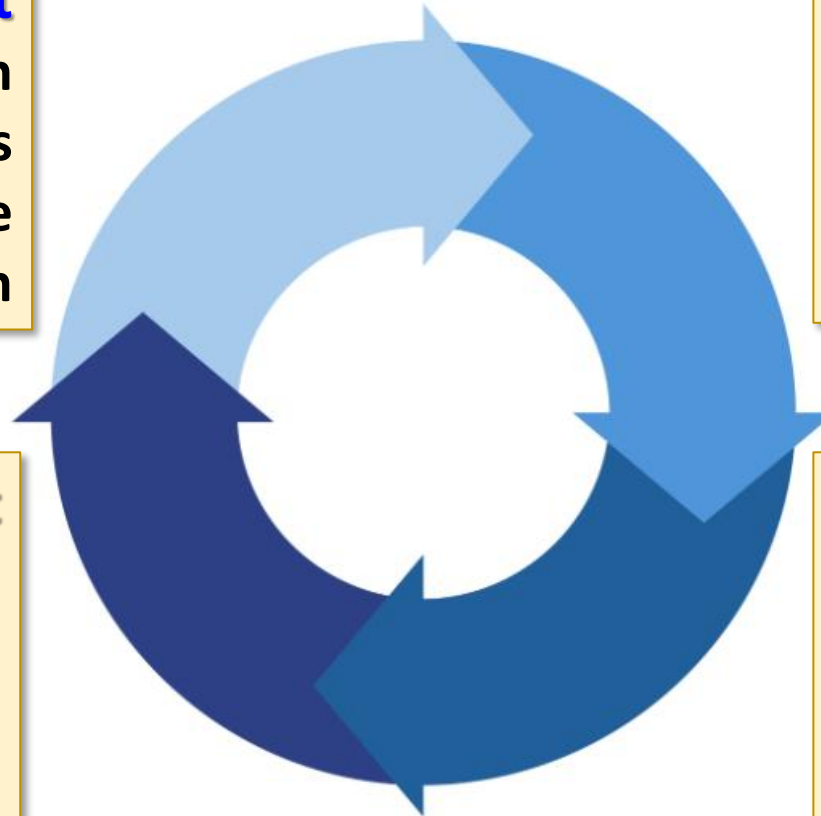
LiA Pulse Check (15Q 2M)
1000s of Ideas for Action
CEO-Led LiA Conversation
with Staff

4 Proving the Impact

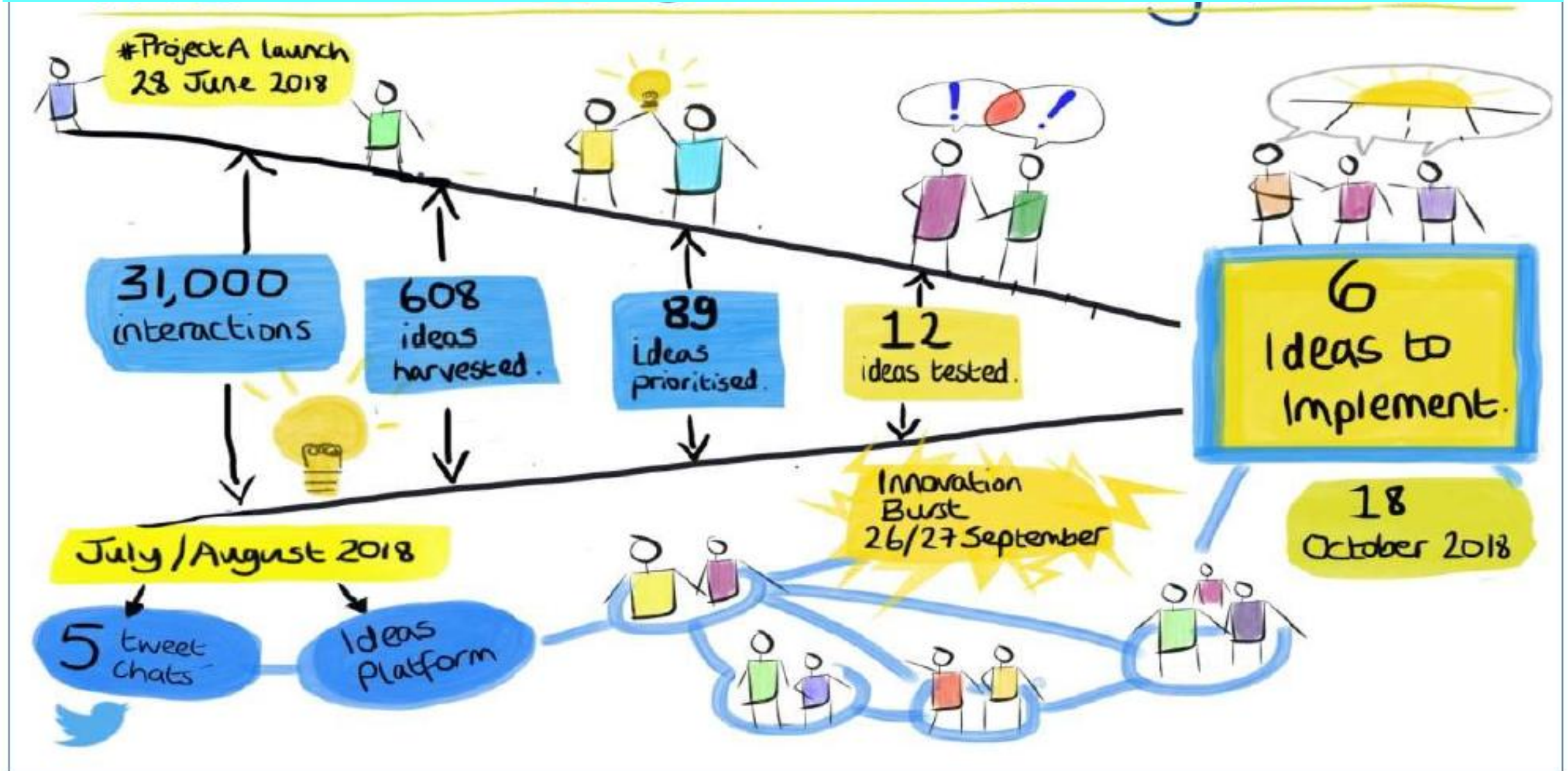
Measurable Results
Pass It On Event
1000s of Powerful Stories
of Staff-Led Change

3 Focusing on Action

100s of Quick Wins
Bureaucracy Busters (ขจัดอุปสรรค)
LiA Pioneer Teams on High
Impact Actions



เก็บเกี่ยวข้อเสนอเพื่อการพัฒนาให้มาก แล้วคัดเลือกมาพัฒนา



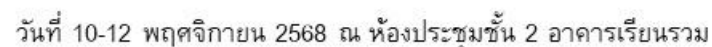
แบบวัดจิตวิญญาณในการทำงาน

	การรับรู้งานที่ปฏิบัติมีความหมาย หมายถึง การรับรู้ว่าตนเองมีความสุข และปีติจากการทำงาน รับรู้ว่าคุณค่าผ่านงานที่ปฏิบัติ มีความรักและผูกพันในงานที่ปฏิบัติ
7	ท่านมีความสุขกับงานที่ปฏิบัติ
8	ท่านรับรู้งานที่ทำมีคุณค่า
9	ท่านมีความตระหนักว่างานที่ท่านปฏิบัติมีความสำคัญต่อชีวิตผู้อื่น
10	ท่านรับรู้ว่าเป้าหมายการทำงานของโรงพยาบาลมีคุณค่าสอดคล้องกับเป้าหมายการทำงานของตัวท่านได้เหมาะสม
11	ท่านรับรู้ว่าคุณค่าชีวิตของท่านมีคุณค่าผ่านการทำงานที่ท่านรับผิดชอบอยู่เป็นกิจวัตร
12	ท่านมีความรักและผูกพันกับงานที่ปฏิบัติ



รักตนเอง

วันที่ 10-12 พฤศจิกายน 2568 ณ ห้องประชุมชั้น 2 อาคารเรียนรวม

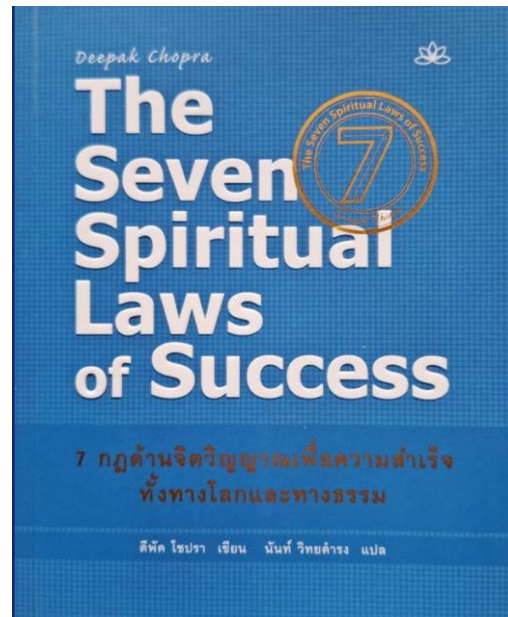


7 กฎด้านจิตวิญญาณเพื่อความสำเร็จ



โรงพยาบาล
โรงพยาบาลคุณภาพ

AHA



กฎแห่งธรรมะ (7)
ค้นหาเป้าหมายในชีวิต
ใช้ความสามารถเฉพาะตัว

กฎแห่งการให้ (2)
หมั่นเวียนความมั่งคั่ง
อุดมสมบูรณ์

กฎแห่งความมุ่งมั่น (5)
ระบุความมุ่งมั่น
Slip into the gap

กฎแห่งศักยภาพ (1)
ความเจียบ สมาธิ
ไม่ตัดสิน

กฎแห่งกรรม (3)
เฝ้าดูการตัดสินใจเลือก
เลือกอย่างรู้ตัว

พยายามน้อยที่สุด (4)
ยอมรับทุกสิ่ง ไม่แสวงหา
รับผิดชอบ ไม่กล่าวโทษ

กฎแห่งการปล่อยวาง (6)
ไม่ยึดติด รับความไม่
แน่นอน ไร้ขีดจำกัด

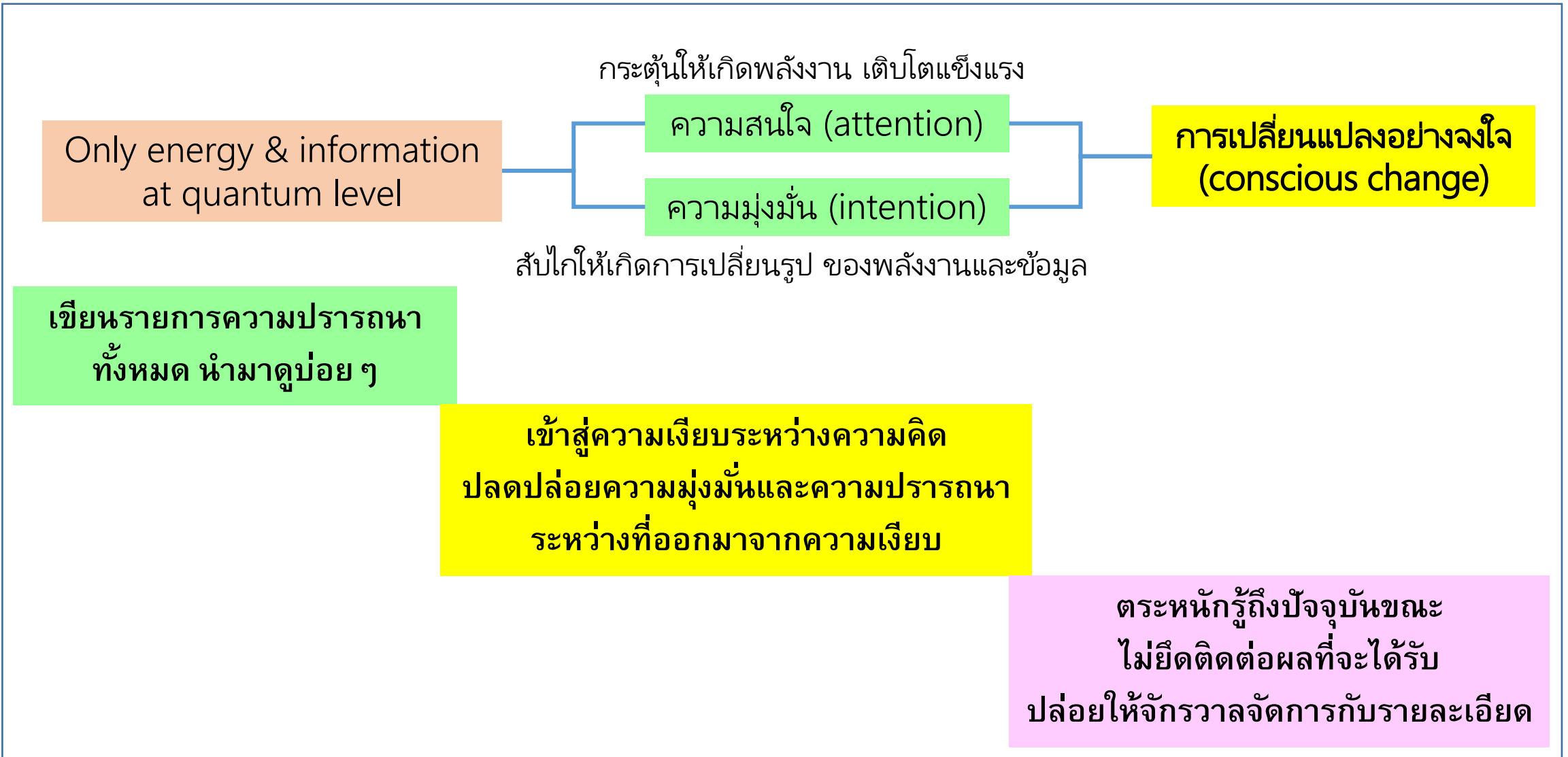
7. The Law of Dharma or Purpose in Life (กฎแห่งธรรมะหรือเป้าหมายในชีวิต)

เราเกิดมาเพื่อทำเป้าหมายบางอย่างให้บรรลุผล
ค้นหาเมล็ดพันธุ์แห่งความศักดิ์สิทธิ์ในตัวเรา

ค้นหาความสามารถเฉพาะของเราที่ไม่เหมือนใคร (unique talent)
และวิธีการเฉพาะตนในการทำสิ่งนั้นได้ดีกว่าใคร ๆ

มุ่งใช้ความสามารถเฉพาะตนเพื่อช่วยเหลือ
และรับใช้เพื่อนมนุษย์ด้วยคำถาม
“ฉันจะรับใช้อย่างไร” “ฉันจะช่วยเหลือได้อย่างไร

5. The Law of Intention and Desire (กฎแห่งความมุ่งมั่นและความปรารถนา)



1. The Law of Pure Potentiality (ศักยภาพอันบริสุทธิ์ที่ซ่อนเร้นอยู่ภายใน)

แหล่งกำเนิดของพลังแห่งการสร้างสรรค์สรรพสิ่งทั้งมวล คือสภาวะจิตอันบริสุทธิ์ ที่ที่ซึ่งศักยภาพอันบริสุทธิ์ที่ซ่อนเร้นอยู่ภายใน แสงหาการแสดงตนจากสิ่งซึ่งยังไม่ปรากฏ ให้ปรากฏเป็นรูป และเมื่อใดที่เราตระหนักรู้ว่า ตัวตนที่แท้จริงของเรานั้นเป็นส่วนหนึ่งของศักยภาพอันบริสุทธิ์ เมื่อนั้น เราได้กลายเป็นหนึ่งเดียวกับพลังที่ทำให้ทุกสิ่งปรากฏเป็นรูปขึ้นในจักรวาล

- ก้าวขึ้นเหนือความสับสนวุ่นวายของเสียงสนทนาภายในตนเอง เพื่อเชื่อมต่อกับจิตใจที่อุดมสมบูรณ์ มั่งคั่งไร้ขีดจำกัด และสร้างสรรค์
 - ฝึกอยู่กับความเงียบ หยุดกิจกรรมทุกอย่างโดยสิ้นเชิง
 - ทำสมาธิในแต่ละวัน เพื่อลดทะเลปั่นป่วนของจิตใจ
 - ฝึกปฏิบัติที่จะไม่ตัดสินสิ่งใด ๆ (ตั้งปณิธานว่าวันนี้หรืออีก 2 ชั่วโมงข้างหน้า จะไม่ตัดสินสิ่งใด ๆ ที่จะเกิดขึ้น เพราะการตัดสินจะบั่นทอนพลังงานที่ไหลเชื่อมกับ pure potentiality)
 - สัมผัสหรือสื่อสารโดยตรงกับธรรมชาติ เพื่อตระหนักรู้ถึงพลังแห่งสติปัญญาของธรรมชาติที่มีอยู่ภายในสิ่งมีชีวิตทุกชีวิต (ดูพระอาทิตย์ตกดิน ฟังเสียงสายน้ำ สูดกลิ่นหอมของดอกไม้)

3. The Law of Cause and Effect (กฎแห่งกรรม หรือกฎแห่งเหตุและผล)

ในทุกการกระทำ ย่อมก่อให้เกิดแรงของพลังงานที่ย้อนกลับมาสู่เราในรูปแบบเดียวกันกับที่เราได้กระทำออกไป
ทุก ๆ สิ่งที่กำลังเกิดขึ้นในขณะนี้ล้วนเป็นผลมาจากการตัดสินใจเลือกที่เราได้ทำในอดีตที่ผ่านมา
โชคร้ายที่เราได้ตัดสินใจเลือกอย่างขาดสติ และเรากลับคิดว่านั่นไม่ใช่การตัดสินใจเลือก
เมื่อเราถูกรุกราน เราสามารถเลือกที่จะไม่รู้สึกรุ่นเคืองก็ได้

เฝ้าดูการตัดสินใจเลือกที่
จะกระทำในแต่ละขณะ

ถามถึงผลที่ตามมาของทางเลือกที่
กำลังตัดสินใจเลือกต่อตนเองและผู้อื่น

ขอการชี้แนะจากหัวใจ
ถ้ารู้สึกไม่อบอุ่นใจก็หยุด

4. The Law of Least Effort (กฎแห่งการพยายามให้น้อยที่สุด)

มุ่งยึดถือในอัตตาเป็นหลัก
การแสวงหาอำนาจ
การควบคุมอยู่เหนือผู้อื่น
การแสวงหาการยอมรับจากผู้อื่น

เป็นการฝืนกฎธรรมชาติ
เป็นการสิ้นเปลืองพลังงาน
เป็นการใช้พลังงานในทางที่สูญเปล่า

การกระทำที่เกิดจาก
ความกลมกลืนและความรัก

พลังงานกลับเพิ่มพูนและทวีคูณ
นำไปใช้สร้างสรรค์สิ่งที่ต้องการ

ยอมรับทุกสิ่งที่กำลังเกิด
อย่างที่มีมันปรากฏ
ไม่ใช่อย่างที่เราอยากให้เป็น

รับผิดชอบต่อทุกสถานการณ์ของ
ตนและทุกปัญหาโดยไม่กล่าวโทษ
(มองว่าทุกปัญหาคือโอกาส)

ไม่ปกป้องความคิดของตน
ไม่ต้องการให้ผู้อื่นเชื่อหรือคล้อยตาม

6. The Law of Detachment (กฎแห่งการปล่อยวาง)

ความกลัว
ความรู้สึกไม่มั่นคง
ความขาดแคลน

วิ่งหาเพื่อให้ได้มาซึ่ง
symbol

ความทุกข์ กังวล รู้สึกกลวง
ไร้แก่นสาร และว่างเปล่า

ความเชื่อที่ปราศจากข้อ
สงสัยต่อพลังของ true Self

ปล่อยวางความยึดติดต่อ
ผลของสิ่งที่เรามุ่งมั่น

เปิดใจพร้อมที่จะก้าวเข้าไปสู่สิ่งที่ไม่อาจรู้
ในทุกๆ ขณะของการดำรงอยู่ของเรา

ไม่ยึดติด ปล่อยให้สิ่งต่าง ๆ เป็นไป
อย่างอิสระอย่างที่มีมันเป็น
ไม่ฝืนเพื่อให้ได้มาซึ่งผลที่ต้องการ

เต็มใจยอมรับความไม่แน่นอน
หนทางทั้งหลายจะปรากฏออกมาเอง
ตามธรรมชาติ

- ก้าวเข้าไปสู่อาณาจักรที่ทุกสิ่งล้วนเป็นไปได้
- คาดหวังถึงความตื่นตาตื่นใจที่จะเกิดขึ้น
- เปิดรับทางเลือกอันมากมายไร้ขอบเขตจำกัด
- เต็มใจพบกับประสบการณ์ของความสนุกสนาน การผจญภัย ความมหัศจรรย์ และความลึกลับของชีวิต

2. The Law of Giving (กฎแห่งการให้และการรับ)

จักรวาลดำเนินไปได้ ด้วยระบบการแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน
การให้และการรับ เป็นสองด้านที่ดูเสมือนว่าแตกต่างกัน ของการไหลเวียนของพลังงานในจักรวาล
และในทุก ๆ ความยินดีของเราที่ได้ให้ในสิ่งที่เรากำลังแสวงหา
เราได้นำมาจากอุดมสมบูรณ์ของจักรวาลให้ไหลเวียนเข้ามาอยู่ในชีวิตของเราเช่นกัน

หมุนเวียนความมั่งคั่งอุดมสมบูรณ์
ให้คำชื่นชม ดอกไม้ คำอวยพร กับทุกคนที่พบ

เปิดใจพร้อมรับสิ่งต่าง ๆ จากชีวิต ธรรมชาติ ผู้คน
ด้วยความยินดี ไม่ว่าจะมาในรูปแบบใด

ให้และรับของขวัญที่มีค่าที่สุด (ความห่วงใย
ความเมตตา ความชื่นชม ความรัก)

ความสุข 5 ชั้น

ความสุขชั้นที่ 1 คือความสุขจากการเสพวัตถุ "มีก็ดี ไม่มีก็ได้"

ความสุขชั้นที่ 2 คือความสุขที่ได้จากการเจริญคุณธรรม เช่น มีเมตตากรุณา

ความสุขชั้นที่ 3 ความสุขเกิดจากการดำเนินชีวิตถูกต้อง สอดคล้องกับความเป็นจริงของธรรมชาติ ไม่หลงอยู่ในโลกของสมมติ (กายและศีลภาวนา)

ความสุขชั้นที่ 4 ความสุขจากความสามารถปรุ่่งแต่ง ปรุ่่งแต่งสุขด้วยการฝึกหายใจเข้าทำใจให้เบิกบาน หายใจออกทำใจให้โปร่งเบา (จิตตภาวนา)

ความสุขชั้นที่ 5 ความสุขเหนือการปรุ่่งแต่ง อยู่ด้วยปัญญา รู้เท่าทันความจริงของโลกและชีวิต เป็นสุขเต็มอิ่มอยู่ข้างใน เป็นผู้มีชีวิตพร้อมที่จะทำเพื่อผู้อื่น ได้เต็มที่ ไม่ต้องทำเพื่อตัวเองอีกต่อไป (ปัญญาภาวนา)

การพัฒนาคนุขยัตามหลักพุทธธรรม

Physical Development (กายภาวนา)

- พัฒนาช่องทางการรับรู้ รับรู้สิ่งแวดล้อมรอบตัวด้วยสติรู้เท่าทัน (ตา หู จมูก ลิ้น กาย)

Social Development (ศีลภาวนา)

- แสดงออกผ่านกาย วาจา ทั้งด้านการละเว้น และการเกื้อกูล

Emotional/psychological Development (จิตตภาวนา)

- พัฒนาคุณสมบัติที่ดีของเจตนา (ศรัทธา หิริ โอตตัปปะ เมตตา กรุณา จาคะ)
- สมาธิ มีจิตจดจ่อ ไม่ฟุ้งซ่าน ขุ่นมัว

Cognitive or Wisdom Development (ปัญญาภาวนา)

- เข้าใจสิ่งทั้งหลายตามความเป็นจริง จิตใจเป็นอิสระ

พรหมวิหาร

เมตตา

บ่มเพาะความมีเมตตาต่อตนเองก่อนแล้วจึงขยายความห่วงหาอาทรไปยังผู้อื่นต่อไป

“ผู้ใดมีเมตตาต่อตนเองจะไม่ทำร้ายผู้อื่น” “ขอให้ตัวเราเองจงพ้นจากความเกลียดชัง ความทุกข์ และความเครียด และอยู่อย่างมีความสุข” “ขอให้เธอจงมีความสุข”

คิดถึงผู้ที่เรารักหรือเคารพเป็นอย่างยิ่ง ให้คิดถึงความเอื้ออาทรและความดีที่คนผู้นี้ได้ทำไว้ และหวังว่าจะมีสิ่งดีๆ เกิดขึ้น “ขอให้คนผู้ประเสริฐนี้จงมีความสุขเหมือนข้าพเจ้า”

จากนั้นก็แผ่ความรู้สึกนี้สู่มิตรสหาย สู่ผู้ที่เรารู้สึกเฉยๆ และสุดท้ายไปยังผู้ที่เรารังเกียจ เพื่อน้อมนำความเมตตาในระดับเดียวกันไปสู่ทุกคน

กรุณา

การบ่มเพาะความกรุณาทำได้เป็นไปเพียงผู้ที่ได้รับทุกข์เท่านั้น แต่ยังเป็นไปเพื่อผู้ที่เป็ต้นเหตุของการก่อทุกข์และความเจ็บปวด คือผู้ที่คิดทำร้ายผู้อื่น (เป็นผู้ที่มีความทุกข์ทางใจครอบงำซึ่งต้องการความกรุณาเช่นกัน)

เริ่มด้วยการคิดถึงคนที่โหดร้ายและโศกเศร้า ตั้งความปรารถนาในใจว่า “ถ้าเพียงคนผู้นี้เป็นอิสระจากความทุกข์เหล่านั้น!” เมื่อฝึกปฏิบัติได้ดีขึ้น ก็แผ่ความกรุณาไปยังผู้ที่ประพฤติชั่วร้าย (ไม่ว่าเขาจะมีความสุขหรือไม่) แผ่ไปยังคนที่เรายังรู้สึกเฉยๆ และสุดท้ายไปยังคนที่เรารู้สึกรังเกียจเด็ดฉันท

มุทิตา

เริ่มแผ่มุทิตาจิตไปสู่คนที่เรารักซึ่งเรามีความสุขเมื่ออยู่ด้วย จากนั้นก็แผ่ไปยังคนที่เรารู้สึกเฉยๆ และสุดท้ายแผ่ให้กับคนที่ชิงชังเรา

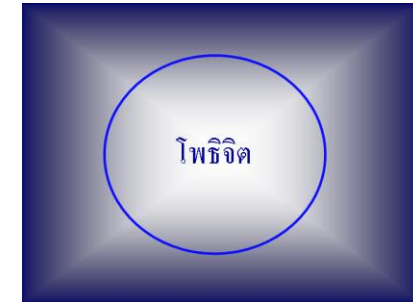
ในแต่ละกรณี เราจะร่วมรู้สึกยินดีกับผู้อื่นเหมือนดังความสุขของเราเอง

ขับเคลื่อนชีวิตด้วยจิตวิวัฒน์

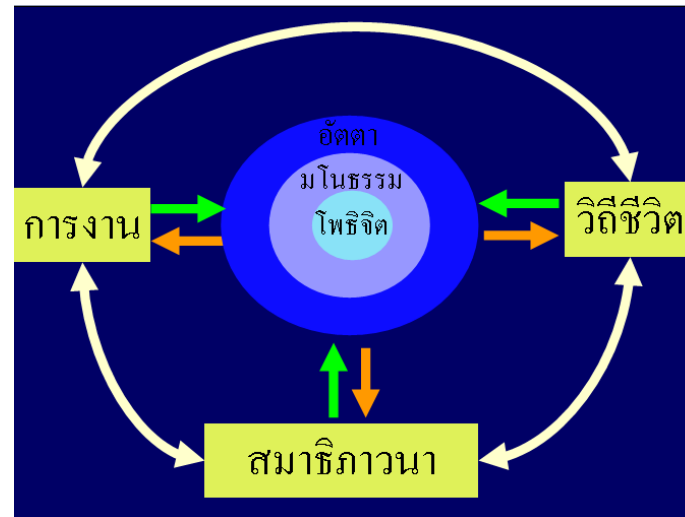


สถาบันพัฒนาและรับรองคุณภาพโรงพยาบาล

9th HA National Forum (12 มีนาคม 2551)

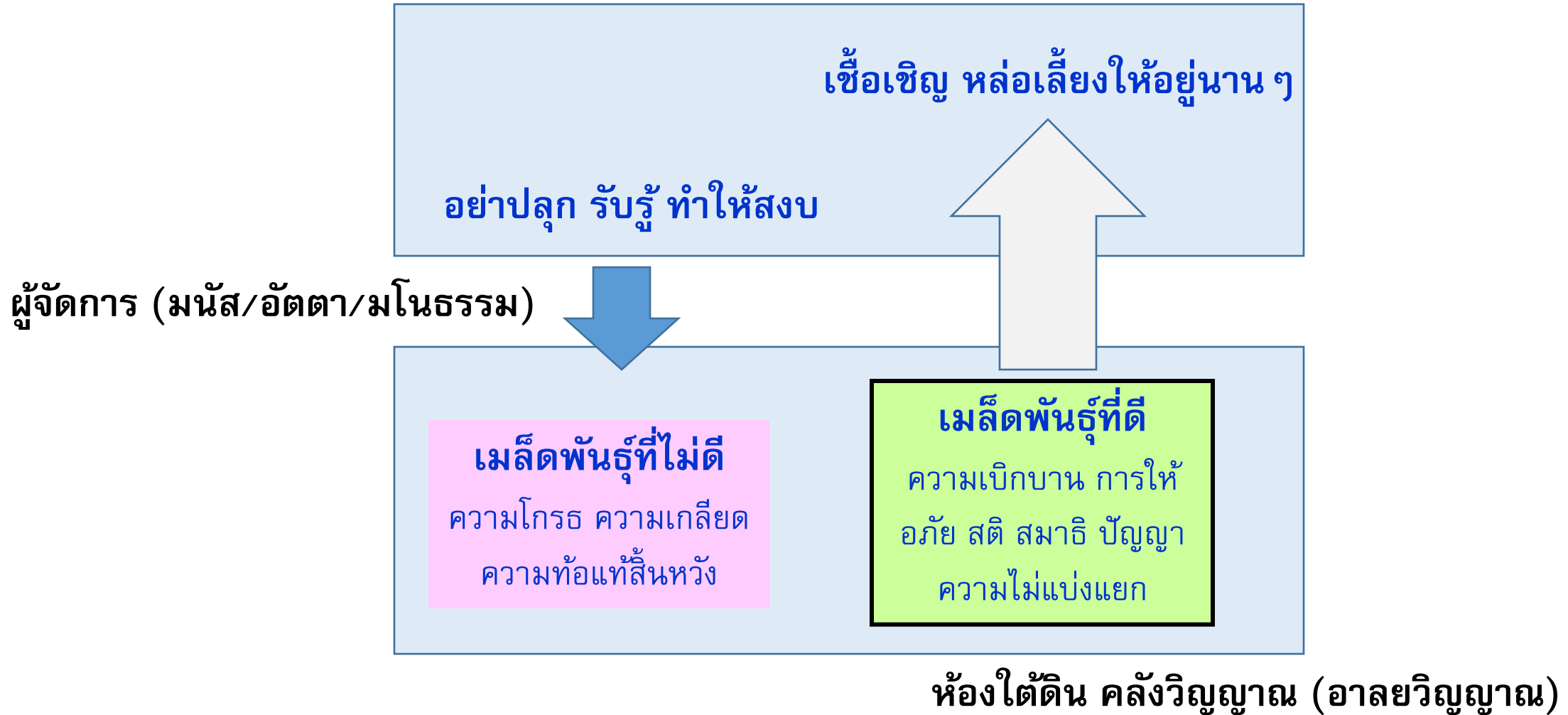


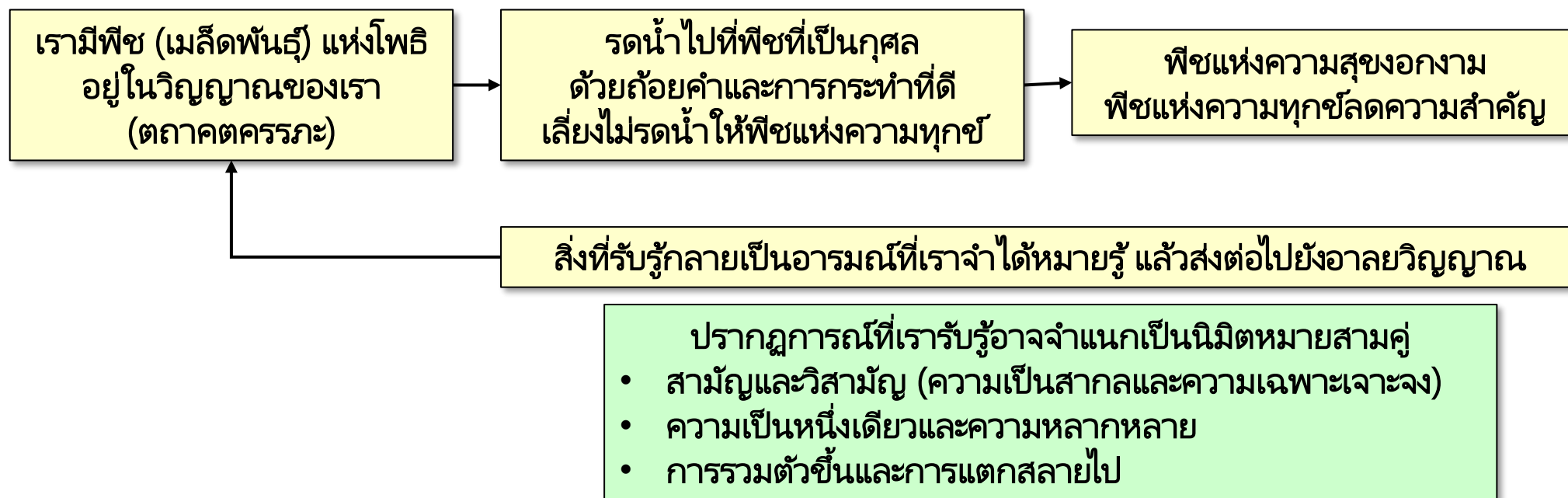
“โพธิจิต” เป็นธรรมชาติที่อยู่เป็นแกนกลาง อยู่กลางใจ หมายถึงสภาวะที่เป็นอิสระ ปลอดโปร่ง ผ่องใส ปลอดพ้นจากความเห็นแก่ตัวหรือความยึดติดในอึดตา





ห้องนั่งเล่น จิตรับรู้ (มโนวิญญาณ)





เราควรฝึกมองให้เห็นทั้งหกนิมิตหมาย

เราถูกอัตตา (Ego) หลอก

ความรู้สึกเหนื่อยและท้อเป็นสิ่งที่อัตตา (Ego) หลอกเรา
อัตตา ทำให้เราคิดว่าเราคือมัน มันคือเรา
อัตตาเป็นเพียงผู้จัดการ ไม่ใช่เจ้าของบริษัท
การกดเก็บ ทำให้ปมชีวิตหลบไปอยู่ในเงามืด และเราควบคุมไม่ได้

สублиมโยคะ (Dreamwork)

Subconscious ของเราคือคลังเก็บข้อมูลมหาศาล
มีบางส่วนที่เราคาดเก็บไว้โดยไม่รู้ตัว
เราสามารถเข้าถึงมันได้ผ่านความฝัน
ตัวเราในความฝันคือตัวตนที่แท้จริงของเรา
ซึ่งบางครั้งเราไม่ต้องการ เพราะมันไม่ดีพอสำหรับเรา
แต่ยิ่งกด มันก็ยิ่งอยู่นอกเหนือการควบคุม
ทางออกคือการทำรู้จักกันมัน ใช้ประโยชน์ในการขัดเกลาตัวเอง

ร่ม กับ ไม้กวาด

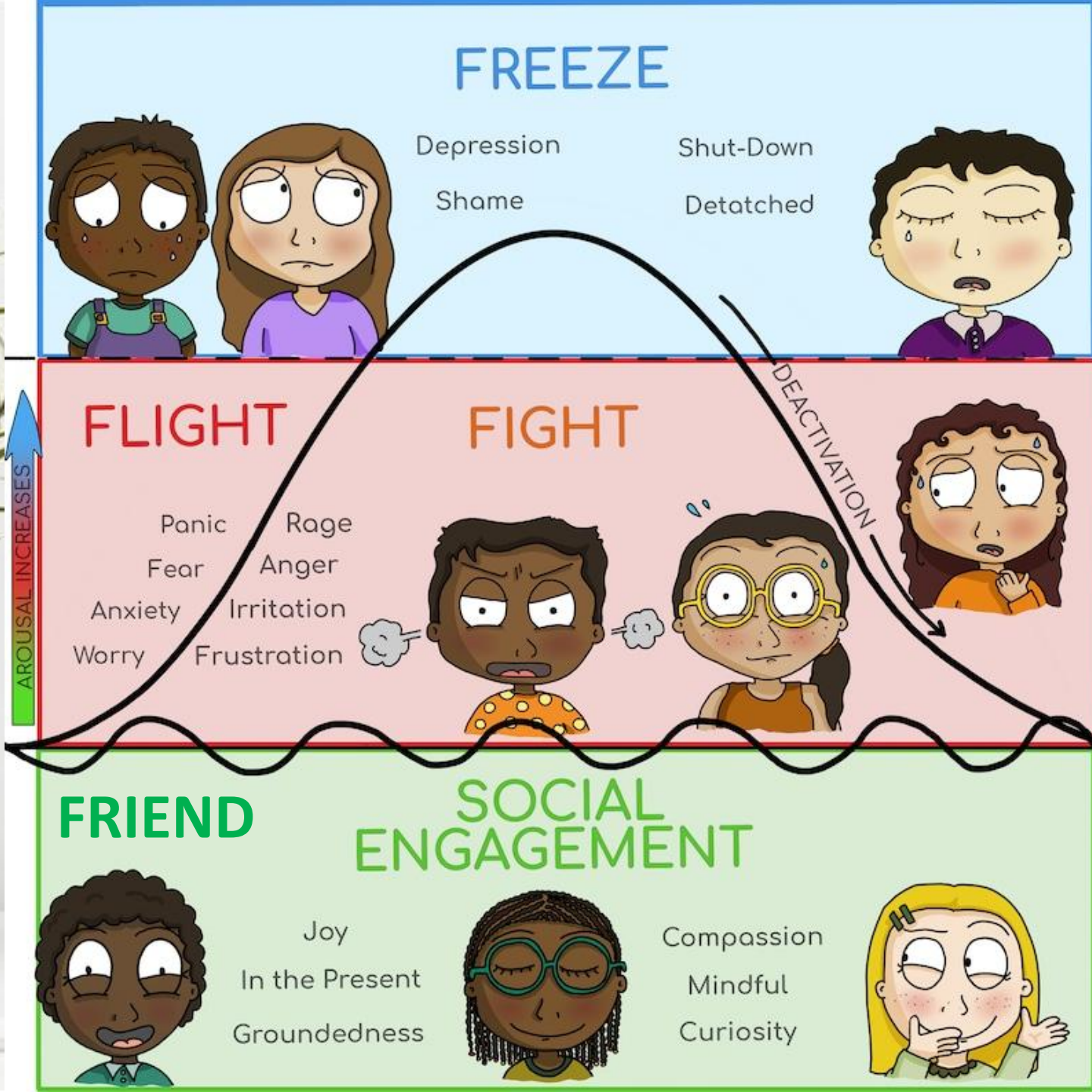
11 กรกฎาคม 2568

ความฝัน ผมไปช่วยผู้คนกวาดทำความสะอาดพื้นที่บริเวณโถงทางเดิน โดยใช้ไม้กวาดนุ่ม แต่ตรงมุมของทางเดินดูเหมือนพื้นจะทำให้หญ้าเทียม ทำให้กวาดด้วยไม้กวาดนุ่มไม่ได้ ผมจึงไปเดินหาไม้กวาดทางมะพร้าว ที่แรกคิดว่าใช่ แต่พอดึงออกมาปรากฏว่าเป็นร่ม หาดูไปอีกก็พบว่าไม้กวาดทางมะพร้าวซุกอยู่ที่มุมห้อง เป็นไม้กวาดที่มัดไว้อย่างหลวมๆ ผมพยายามทำให้การมัดกระชับขึ้นโดยการถอดยางที่มัดออกแล้วจะมัดใหม่ แต่กลับพบว่ายากที่จะมัดกลับคืนเข้าไปอย่างเดิม เพราะตัวไม้กวาดพองตัวขยายขึ้นกว่าเดิม เสียเวลาอยู่กับการแก้ปัญหาอยู่นาน แล้วก็ตื่นโดยไม่ได้เอาไม้กวาดไปทำงานตามที่ตั้งใจ

แปลความหมาย 1 ไม้กวาดคืออะไร พอเข้าใจได้ไม่ยากกว่าไม้กวาดคือเครื่องมือที่ใช้ทำงาน

แปลความหมาย 2 การมัดไม้กวาดไม่สำเร็จส่อให้คิดถึงอะไร ทบทวนอยู่นานจึงเริ่มคิดได้ว่ามันเป็นความพยายามที่จะปรับปรุงเครื่องมือ แล้วเสียเวลาอยู่ตรงนั้นจนไม่เป็นอันได้ใช้เครื่องมือ พอนึกมาถึงตรงนี้ก็งั้นๆ ด้วยไปริเริ่มที่จะปรับเปลี่ยนเครื่องมือประเมินวัฒนธรรมความปลอดภัย ตั้งทำมานานแล้ว แต่จนแล้วจนรอดก็ยังไม่ได้ออกมาใช้

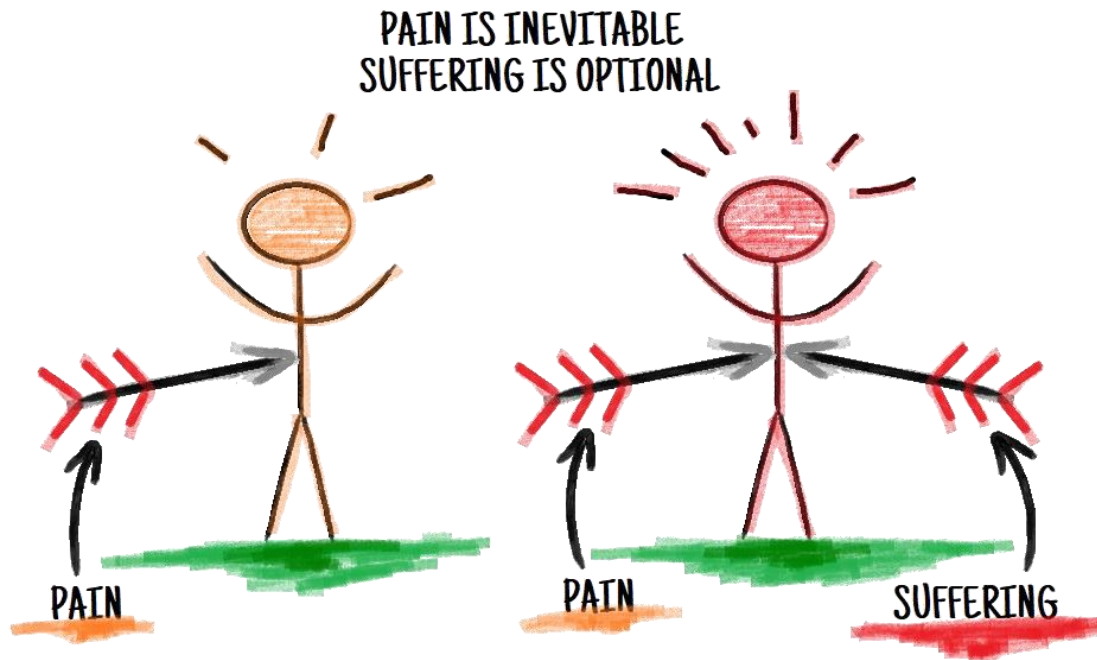
แปลความหมาย 3 ถ้าไม้กวาดเป็นเครื่องมือ แล้วร่มหมายถึงอะไร ใช้เวลาอีกพักหนึ่งจึงคิดว่าเป็นสิ่งที่คลุมสิ่งอื่นๆ และคิดต่อไปก็คือแนวคิดหรือกรอบความคิดนั่นเอง แล้วการหยิบร่มได้ก่อนแทนที่จะเป็นไม้กวาดคืออะไร?



เชิญโจรมาเป็นผู้คุ้มกัน

“จิตของเธอคือถนนที่ยาวไกล ปัญหาทุกอย่างที่เธอเล่ามาคือโจร พอเธอรู้ว่ามีโจรอยู่ เธอก็กลัวที่จะเดินทาง หรือไม่เธอก็ใช้สติมาเป็นเหมือนผู้คุ้มกันที่เธอจ้างมา แต่สติของเธอ มันระคนกับความหวังและความกลัว เธอพร่ำบอกตัวเองว่า ถ้าฉันเฝ้าดูความคิด มันจะหายไป แต่ไม่ว่าจะทางไหน ไอ้เจ้าปัญหาของเธอมันก็ยังถือไฟ เหนือกว่าอยู่นั่นเอง มันดูใหญ่กว่าตัวเธอและแข็งแกร่งกว่าด้วย

“ทางเลือกทางที่สามก็คือ เธอจะต้องเป็นนักเดินทางที่ฉลาดและเชื่อเชิญปัญหาให้มันมาเสียด้วยกัน เวลาที่เธอกลัว อย่าไปสู้กับความกลัวหรือวิ่งหนีมัน แต่ลงต่อรองกับมัน นี่แน่ะ เจ้าความกลัว อย่าไปไหนเลย มาเป็นผู้คุ้มกันของฉันดีกว่าแสดงให้เห็นดูที่เถิดว่า เจ้าตัวใหญ่และแข็งแกร่งสักแค่ไหน ถ้าเธอทำเช่นนี้บ่อยๆ และทำให้มากพอ ในที่สุดความกลัวก็จะกลายเป็นแค่ส่วนหนึ่งของประสบการณ์ เป็นอะไรที่มาแล้วก็ไป เธอจะรู้สึกสบายกับมัน หรืออาจถือว่ามันเป็นโอกาสที่เธอจะได้ชื่นชมพลังจิตของตนเองด้วย เพราะการที่เธอมีปัญหาใหญ่ขนาดนั้นได้ จิตของเธอจะต้องมีกำลังมาก ว่างั้นไหม”



Pain vs. Suffering

Pain

- First Arrow
- Inevitable
- Sensation
- Impermanence
(Sickness, old age, death) is inherent in human condition

Suffering

- Second Arrow
- Optional
- Pain + resistance
- Attachment to the outcome
(Avoidance/Clinging)

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย! ปุณฺณผู้ไม่มีการดับแล้ว อันทุกขเวทนาถูกต้องอยู่ ย่อมเศร้าโศก ย่อมกระวนกระวาย ย่อมรำไรรำพัน เป็นผู้หุบอกรำไห้ ถึงความมีสติสิ้นเพื่อน เขาย่อมเสวยซึ่งเวทนาทั้ง ๒ ฝ่าย คือ เวทนาทั้งทางกายและทางจิต.

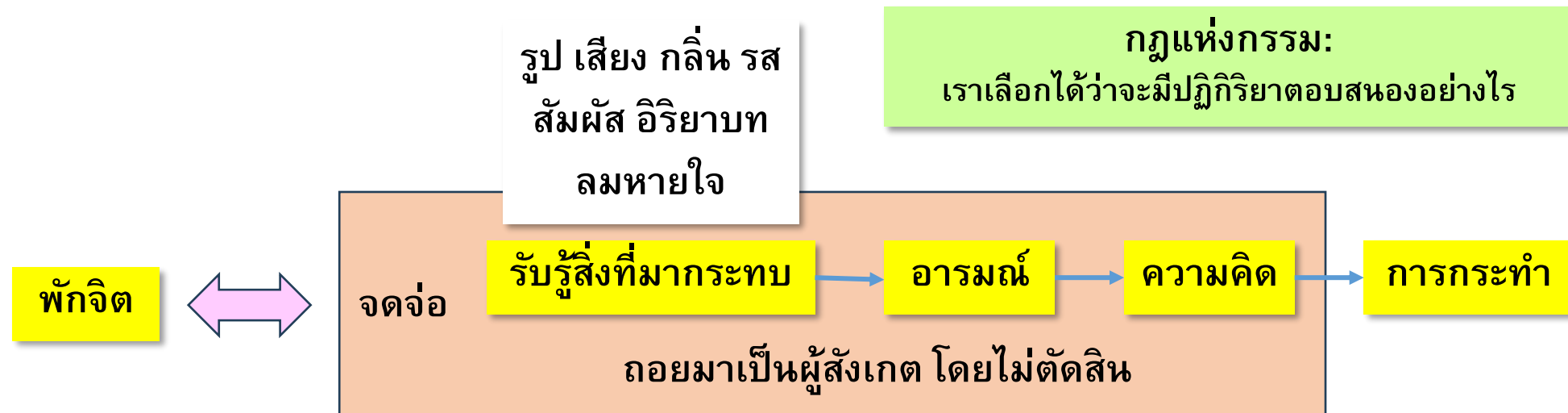
ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย! เปรียบเหมือนบุรุษพึงยิงบุรุษด้วยลูกศร แล้วพึงยิงซ้ำซึ่งบุรุษนั้นด้วยลูกศรที่สองอีก บุรุษผู้ถูกยิงด้วยลูกศรสองลูกอย่างนี้ ย่อมเสวยเวทนาทางกายด้วย ทางจิตด้วย

การฝึกฝนความรู้ตัวเพื่อไม่ปฏิกูลศรดอกที่ 2

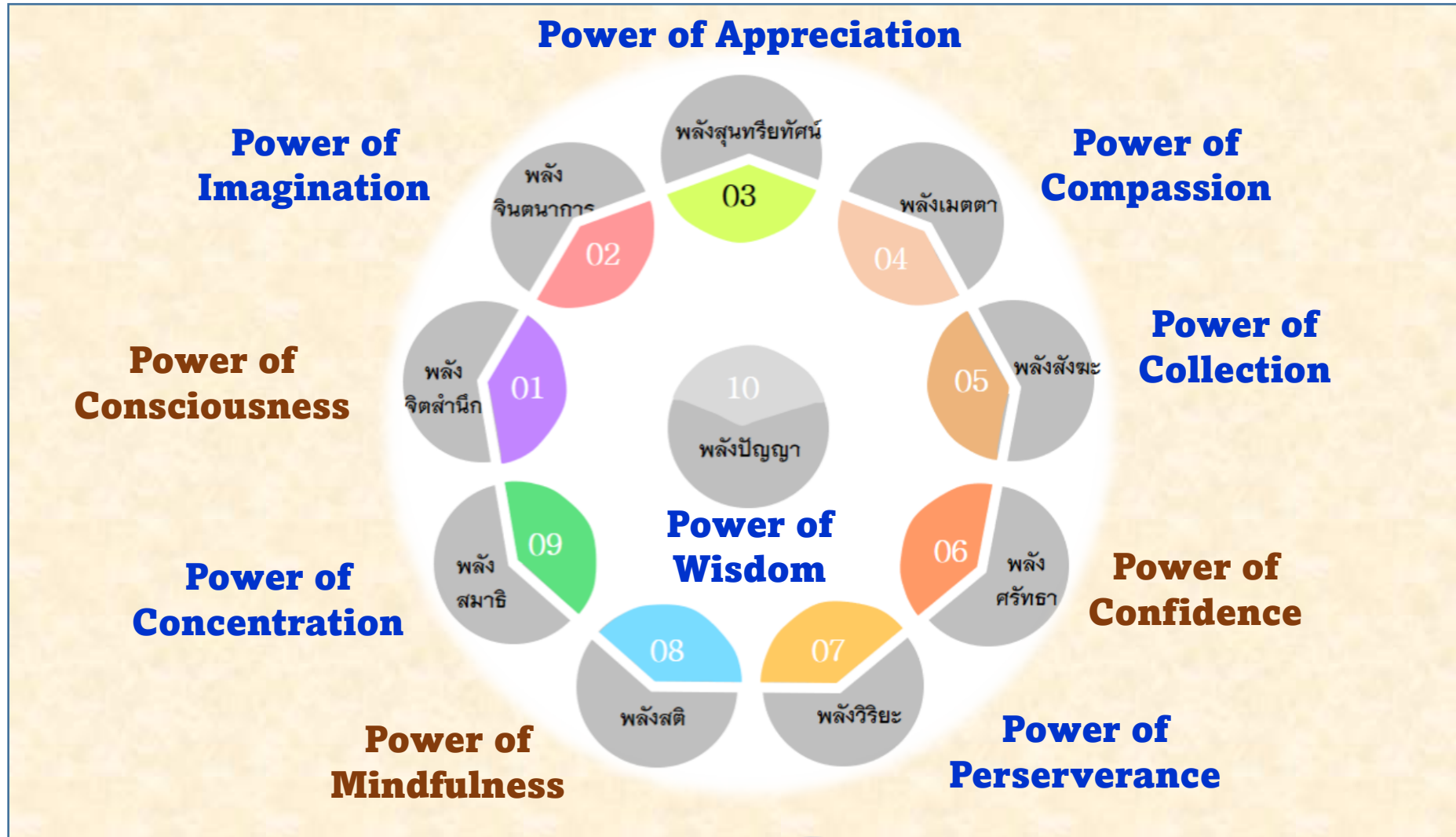


โรงพยาบาล
โรงพยาบาลคุณภาพ

AHA



Human Growth & Inner Powers



Inner Development Goals (IDGs)

Being

(การดำรงอยู่ ความสัมพันธ์กับตนเอง)

Thinking

(การคิด ทักษะรู้คิด)

Relating

(ความสัมพันธ์ การใส่ใจต่อผู้อื่นและโลก)

Collaborating

(ความร่วมมือ ทักษะทางสังคม)

Acting

(การลงมือทำ สร้างการเปลี่ยนแปลง)

- **Inner Compass** สำนักรับผิดชอบต่อประโยชน์ของส่วนร่วม
- **Integrity and Authenticity** ความจริงใจ ความซื่อสัตย์ และซื่อตรง
- **Openness and Learning Mindset** อยากรู้ อยากเห็น ยอมรับการเปลี่ยนแปลงและเติบโต
- **Self-awareness** ใคร่ครวญความคิด/ความรู้สึก/ความปรารถนา ควบคุมตนเองได้
- **Presence** อยู่ที่นี่และเดี๋ยวนี้ ไม่ตัดสิน

- **Critical Thinking** ทบทวนความถูกต้องของมุมมองและแผนอย่าง critical
- **Complexity Awareness** เข้าใจและมีทักษะในการทำงานกับสถานการณ์ที่ซับซ้อน
- **Perspective Skills** แสวงหา เข้าใจ ใช้ประโยชน์จากมุมมองที่แตกต่างกัน
- **Sense-making** มองเห็นแบบแผน จัดโครงสร้างสิ่งที่ไม่รู้ สร้างเรื่องราวที่ make sense
- **Long-term Orientation and Visioning** มองระยะยาว มุ่งมั่นต่อวิสัยทัศน์ในบริบทที่ใหญ่ขึ้น

- **Appreciation** สัมพันธ์กับผู้อื่นด้วยเห็นในคุณค่า รู้สึกขอบคุณ และเป็นสุข
- **Connectedness** รู้สึกเชื่อมโยงกับ หรือเป็นส่วนหนึ่งของส่วนรวมที่ใหญ่กว่า
- **Humility** ดำเนินตามความต้องการของสถานการณ์โดยไม่กังวลกับความสำคัญของตนเอง
- **Empathy and Compassion** สัมพันธ์ด้วยความเมตตา เข้าใจ เห็นใจ

Inner Development Goals (IDGs)

Being

(การดำรงอยู่ ความสัมพันธ์กับตนเอง)

Thinking

(การคิด ทักษะรู้คิด)

Relating

(ความสัมพันธ์ การใส่ใจต่อผู้อื่นและโลก)

Collaborating

(ความร่วมมือ ทักษะทางสังคม)

Acting

(การลงมือทำ สร้างการเปลี่ยนแปลง)

- **Communication Skills** รับฟัง สนทนา จัดการความขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์
- **Co-creation Skills** สร้างสรรค์งานร่วมกันกับผู้อื่นที่หลากหลาย
- **Inclusive Mindset and Intercultural Competence** ยอมรับความหลากหลาย ผู้คนที่มีความแตกต่างและภูมิหลังที่แตกต่างกัน
- **Trust** แสดงความไว้วางใจ สร้างและรักษาความสัมพันธ์ที่ไว้วางใจ
- **Mobilisation Skills** สร้างแรงบันดาลใจและชักชวนให้ผู้อื่นมีส่วนร่วม

- **Courage** ยืนหยัดเพื่อค่านิยม ตัดสินใจ ดำเนินการอย่างเด็ดขาด และท้าทายโครงสร้างและมุมมองที่มีอยู่ (ถ้าจำเป็น)
- **Creativity** สร้างและพัฒนาความคิดริเริ่ม สร้างสรรค์สิ่งใหม่ๆ และเต็มใจที่จะทำลายรูปแบบเดิมๆ
- **Optimism** รักษาและสื่อสารความรู้สึกแห่งความหวัง ทศนคติเชิงบวก และความมั่นใจในความเป็นไปได้ของการเปลี่ยนแปลงที่มีความหมาย
- **Perseverance** คงการมีส่วนร่วมและมุ่งมั่นอดทน แม้ว่าจะต้องใช้เวลานานกว่าจะเกิดผล

แสวงหา เข้าใจ และใช้ insight จากมุมมองที่แตกต่างกัน

- **Seeking and Understanding:** ไม่เพียงแต่รับรู้มุมมองที่แตกต่าง แต่ต้อง actively seeking
 - **Actively use Insight:** เชื่อมโยงมุมมองที่หลากหลายเข้ามาสู่การตัดสินใจ และแก้ปัญหาของตน ให้เกิด new outcomes และเข้าใจสถานการณ์ที่ซับซ้อนได้รอบด้านมากขึ้น
 - **Challenging Assumptions:** สามารถที่จะก้าวออกไปนอกแวนที่ตนคุ้นเคย และท้าทายสมมติฐานหรืออคติของตนเอง
- ความสามารถนี้มีความสำคัญต่อการลดความขัดแย้ง ความเห็นใจ ความเอื้ออาทร และตัดสินใจอย่างชาญฉลาดซึ่งมีประโยชน์ต่อระบบหรือสังคมที่ใหญ่ขึ้น

รู้สึกเชื่อมโยงกับ หรือเป็นส่วนหนึ่งของส่วนรวมที่ใหญ่กว่า

- **Sense of Belonging and Care:** เป็นอะไรที่มากกว่า social connection แต่เป็นความรู้สึกเชื่อมโยงกับหรือเป็นส่วนหนึ่งของ a larger whole ทำให้เกิด feeling of caring เพื่อ well-being of that larger whole
- **Wider Scope:** larger whole นั้นครอบคลุมตั้งแต่ชุมชนโดยรอบ ไปถึงมนุษยทั้งมวล ชนรุ่นต่อไป และระบบนิเวศของโลก
- **Impact on Sustainability:** ทำให้เกิดสำนึกรับผิดชอบต่อ collective good และโลก นำไปสู่การสร้างระบบและสังคมที่ยั่งยืน/เป็นธรรม
- **Interconnectedness with Identity:** ความรู้สึกถึงความเชื่อมโยงนี้เกี่ยวพันอย่างลึกซึ้งกับอัตลักษณ์ที่บุคคลรู้สึกได้

แบบวัดจิตวิญญาณในการทำงาน

	การรับรู้ชีวิตด้านใน หมายถึงการรับรู้ถึงคุณค่าตัวเองการรับรู้ว่าคุณค่าตัวเองมีความหวังในชีวิตและการรับรู้ว่าคุณค่าชีวิตของตนเองคืออะไรอยู่เพื่ออะไร
1	ท่านรับรู้ว่าคุณค่าตัวเองมีคุณค่าเสมอ
2	ท่านรู้สึกว่าคุณค่ามีความหวังในการทำงาน
3	ท่านรู้สึกว่าคุณค่ามีความหวังในชีวิต
4	ท่านมีเป้าหมายในการดำรงชีวิตว่าอยู่เพื่ออะไร
5	ท่านมีความภาคภูมิใจในตนเอง
6	ท่านมีศักดิ์ศรีของตนเอง
	การเชื่อมโยงกับสิ่งที่มีพลังเหนือกว่า หมายถึง พนักงานมีแรงบันดาลใจในการทำงานจากพลังที่เหนือกว่าตนเอง พนักงานมีพลังทำความดี พนักงานมีความพร้อมในการช่วยเหลือผู้อื่นเสมอ
19	สิ่งที่ท่านศรัทธาแน่นถือ (เช่น สิ่งศักดิ์สิทธิ์ บุคคลที่ท่านเคารพนับถือ) มีผลทางบวกในการทำงาน
20	ท่านมีแรงบันดาลใจจากสิ่งที่ท่านศรัทธาแน่นถือในการปฏิบัติงาน
21	ท่านมีพลังในการทำความดีบ่อยครั้ง
22	ความศรัทธาในสิ่งที่ท่านนับถือมีส่วนสำคัญในการตัดสินใจในการปฏิบัติงานของท่าน



รักผู้ป่วย

Ask Me 3

การโปรแกรมจิตใจเพื่อการดูแลผู้ป่วย

Patient's Personal Record

Collective Sensemaking

Somerville Protocol for Preserving Patient's Sleep

Compassionate Care Bundle

Patient & Family Engagement

Soul to SHA (สำหรับผู้ป่วยพิเศษบุญสม 7)



โรงพยาบาล
โรงพยาบาลคุณภาพ

AHA

ระบบการดูแลผู้ป่วยด้วยมิติจิตวิญญาณ (SHA)
SPIRITUAL HEALTHCARE IN ACTION (SHA)

ชม. Share SHA Day
วันที่ 10-12 พฤษภาคม 2568

SOUL TO SHA

หอผู้ป่วยพิเศษบุญสม 7 จากโรงพยาบาลผู้ป่วยพิเศษเฉพาะทาง นำเสนอ
พหุศาสตร์โรงพยาบาลคุณภาพเชิงบูรณาการ ให้การรักษาพยาบาลแก่ผู้ป่วยพิเศษ
ศัลยกรรม ในวงกว้างผ่านทางหอผู้ป่วยให้การรักษาแบบองค์รวม
(Holistic Care) โดยคำนึงถึง ร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ แต่ผู้ป่วย
ที่ไม่สามารถเข้าถึงความต้องการด้านจิตวิญญาณของผู้ป่วยได้ ซึ่งเป็น
บทบาทสำคัญของหอผู้ป่วย

หอผู้ป่วยพิเศษบุญสม 7 เคารพในความสำคัญของการดูแลด้านจิตวิญญาณ
โดยผ่านแนวคิด Spiritual Healthcare in action (SHA) กับกระบวนการ
ดูแลที่เป็นแบบบูรณาการ และมีการบูรณาการมิติจิตวิญญาณมาใช้ในการดูแล
ผู้ป่วยทุกฝ่าย โดยหอผู้ป่วยพิเศษบุญสม 7 มีความโดดเด่นในเรื่อง
>80 ราย/ปี จากการสอบถามผู้ป่วยกลุ่มนี้ พบว่ามีความคาดหวังในการ
รักษาสูง อยากหายจากโรคไธวาระและใช้ชีวิตได้อย่างปกติ หอผู้ป่วย
จึงจัดทำโครงการ Soul to SHA ขึ้นโดยใช้ SHA Assessment และ
Deep listening และนำเอากระบวนการให้การดูแลและตอบสนองกับความต้องการ
ด้านจิตวิญญาณของผู้ป่วยแต่ละราย ที่มีความสำคัญต่อผู้ป่วยที่มีความ
พึ่งพาใจต่อการตอบสนองของทางจิตวิญญาณและสอดคล้องกับจุดเน้น
SHAP-D ของโรงพยาบาล

กิจกรรมการพัฒนา

- 1.สื่อสารการดำเนินงาน โครงการSoul to SHA
- 2.กับรSHA โดยการใช้ Deep listening และแบบสอบถามปลายเปิด ที่สร้าง
จาก SHA Assessment ซึ่งแบบสอบถามดังกล่าวสามารถประยุกต์ใช้ในรูปแบบอื่น
นอกเหนือจากนี้ หรือ สอดคล้องจากผู้ป่วยโดยตรง เพื่อรวบรวมประเด็นความต้องการ
ทางจิตวิญญาณมารวบรวม ในวงกว้าง 3-5-อาทิตย์ก่อน Sx. ขณะรับฟังและสนทนากับ
ผู้ป่วยและญาติจะต้องฟังด้วยความตั้งใจ เข้าใจอย่างลึกซึ้งเพื่อให้เกิดความเห็น
อกเห็นใจและสะท้อนความต้องการของผู้ป่วยและญาติรับทราบเพื่อให้ง่ายต่อการ
ปฏิบัติตามความต้องการของผู้ป่วยและญาติ

การประเมินผลการเปลี่ยนแปลง

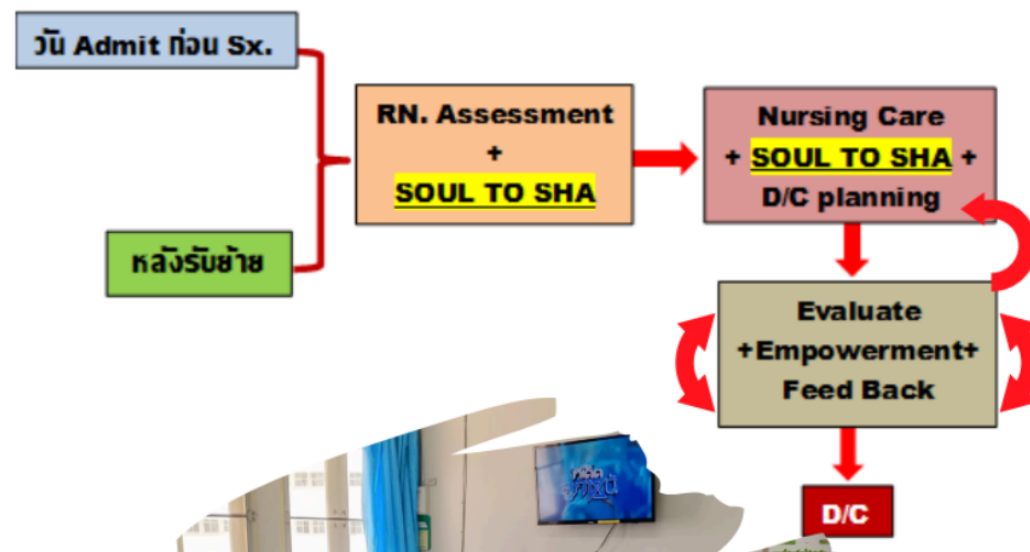
ประเมินความต้องการของผู้ป่วยและญาติก่อนการดูแล
สนองทางจิตวิญญาณก่อนดำเนินการ

บทเรียนที่ได้รับ

- การค้นหาความต้องการด้านจิตวิญญาณของผู้ป่วยต้องใช้เวลา
ในการสร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้ป่วยและการสื่อสารกันให้มากในระยะเวลา
สั้น
- บุคลากรในหอผู้ป่วย ควรปรับปรุงสมรรถนะด้านการสื่อสาร และ
Deep Listening ที่เหมาะสม ด้วยการส่งเสริมและพัฒนาสมรรถนะจาก
ภายนอกและเรียนรู้จากเพื่อนร่วมงาน

การติดต่อกับงาน
นายแพทย์ โทร. 053-935927
Email: kakuraos0@gmail.com

รับรู้ความต้องการด้านจิตวิญญาณของผู้ป่วยปลูกถ่ายไต
โดยใช้คำถามปลายเปิด (เป้าหมาย ความรู้สึก สิ่งยึดเหนี่ยว
การเตรียมพร้อม สิ่งที่ต้องการให้เจ้าหน้าที่ปฏิบัติ) รับฟังด้วย
deep listening สะท้อนความคิดความเข้าใจ และตอบสนอง



MED CMU Quality Fair ประจำปี 2568 ครั้งที่ 6

วันที่ 10-12 พฤศจิกายน 2568 ณ ห้องประชุมชั้น 2 อาคารเรียนรวม

HOPE spiritual history tool



H: Sources of hope

อะไรทำให้คุณมีความหวัง ความเข้มแข็ง ความสบายใจ และความสงบสุข? คุณยึดมั่นอะไรในช่วงเวลาที่ยากลำบาก?

O: Organized religion

คุณนับถือหรือเป็นสมาชิกชุมชนทางศาสนาหรือจิตวิญญาณอะไรหรือไม่? มันช่วยคุณได้ไหม? อย่างไร?

P: Personal spirituality & practices

คุณมีความเชื่อส่วนตัวทางด้านจิตวิญญาณหรือไม่? การปฏิบัติหรือแง่มุมใดทางจิตวิญญาณที่มีประโยชน์กับคุณที่สุด?

E: Effects on medical care & end-of-life issues

สถานการณ์ที่คุณเผชิญตอนนี้มีผลต่อสิ่งต่างๆ ด้านจิตวิญญาณที่เคยช่วยคุณได้หรือไม่?
อยากให้ทำอะไรเพื่อเข้าถึงสิ่งที่เคยช่วยคุณได้?
มีการปฏิบัติหรือข้อจำกัดอะไรที่ทีมควรรู้ในการดูแลรักษาคุณ?

FICA Spiritual Assessment Tool



Faith

F: What is your faith or belief?

- Do you consider yourself spiritual or religious?
- What things do you believe in that give meaning to your life?

Important

I: Is it important in your life?

- What influence does it have on how you take care of yourself?
- How have your beliefs influenced your behavior during this illness?
- What role do your beliefs play in regaining your health?

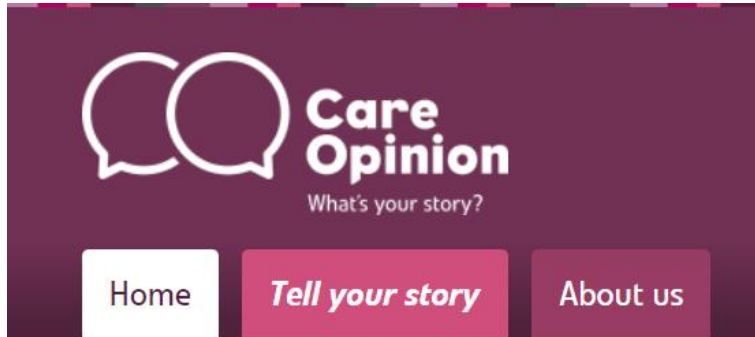
Community

C: Are you part of a spiritual or religious community?

- Is this of support to you and how?
- Is there a person or group of people you really love or who are really important to you?

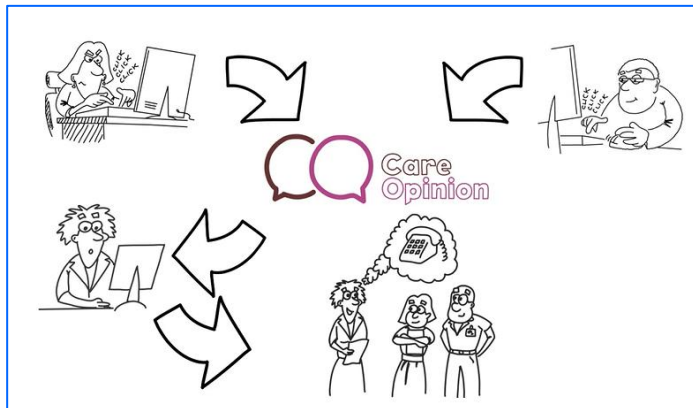
Address/ Action

A: How would you like me, your healthcare provider, to address these issues in your healthcare?



Tell Your Story

Tell us about an experience of health care care within the last 3 years.



เรื่องที่ได้รับการบันทึกจะนำขึ้นเผยแพร่บน website และส่งต่อให้ผู้เกี่ยวข้องได้นำไปปฏิบัติ และอาจจะมีการตอบถึงการตอบสนองที่เกิดขึ้นบน website นี้

<https://www.careopinion.org.uk/tellyourstory>

Customer Insight (ข้อมูลเชิงลึกของลูกค้า) คืออะไร

- พฤติกรรม ความชื่นชอบ ความต้องการ เหตุผลที่ผู้รับบริการ มาใช้หรือไม่มาใช้บริการของเรา

วิธีการได้มาซึ่ง Customer Insight

- การสัมภาษณ์เชิงลึก กับผู้รับบริการ 5-10 คน ความรู้สึกในแต่ ละจุดสัมผัส
- การทำความเข้าใจกับแรงจูงใจของผู้รับบริการ: วางแผนอะไร มองหาอะไร ชอบอะไร
- การรับ feedback จากผู้รับบริการ
- สอบถามข้อมูลจากทีมเยี่ยมบ้าน
- Onboarding survey: พบปัญหาอะไรในช่วงเรียนรู้การใช้ บริการ

อ้อมกอดรัก (ห้องตรวจเด็กป่วยทั่วไป)



โรงพยาบาล
โรงพยาบาลคุณภาพ

AHA

ระบบการดูแลผู้ป่วยด้วยจิตวิญญาณ (SPIRITUAL HEALTHCARE in ACTION (SHA))

ชม. Share SHA Day

นางสาวนิภาภรณ์ จันทร์พยอม
ห้องตรวจเด็กป่วยทั่วไป ชั้น 2
แผนกการพยาบาลผู้ป่วยนอกและผู้ป่วยฉุกเฉิน

อ้อมกอดรัก

สรุปผลงานโดยย่อ

โครงการ "อ้อมกอดรัก" เป็นโครงการที่ส่งเสริมให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการดูแลและเยียวยาจิตใจผู้ป่วย โดยวิธีการโอบกอด พุดคุยและปล่อยใจผู้ป่วยเด็ก โดยอาศัยองค์ประกอบจิตวิญญาณในการทำงาน ด้านการรับรู้คุณค่าและเป้าหมายชีวิต (Inner life) การทำงานที่มีความหมาย (meaningful of work) ด้านจิตวิญญาณด้านความซื่อสัตย์ (serving with Kindness) และความซื่อสัตย์ใจ (sincerity) ซึ่งผลลัพธ์พบว่าอัตราการเจ็บป่วยซ้ำในผู้ป่วยเด็กที่เข้าร่วมโครงการ 94.64% และอัตราการเจ็บป่วยซ้ำของผู้ปกครองต่อการเจ็บป่วยซ้ำของผู้ป่วยเด็ก เท่ากับร้อยละ 100

เป้าหมาย

1. เพื่อเพิ่มอัตราการเจ็บป่วยซ้ำในผู้ป่วยเด็กมากกว่าร้อยละ 70
2. เพื่อเพิ่มอัตราการเจ็บป่วยซ้ำของผู้ปกครองต่อการเจ็บป่วยซ้ำของผู้ป่วยเด็ก มากกว่าร้อยละ 80

ปัญหาและสาเหตุ

การเจ็บป่วย เป็นกิจกรรมการพยาบาลที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ ซึ่งมีความสำคัญต่อผู้ป่วยเด็ก เนื่องจากเป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดความเจ็บปวด อีกทั้งยังเกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลของผู้ปกครอง การขาดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับจิตวิญญาณของผู้ป่วย (spiritual need) พบว่าผู้ป่วยเด็กที่มีความต้องการซึ่งอยู่กับผู้ปกครองที่ดูแลและให้การดูแลสุขภาพจิตของผู้ป่วยเด็ก เพื่อลดความวิตกกังวล และให้ความรู้ที่ถูกต้องเกี่ยวกับ

เพื่อตอบสนองต่อความต้องการด้านจิตวิญญาณของผู้ป่วย และพัฒนากระบวนการดูแลผู้ป่วยด้วยจิตวิญญาณ (SHA) ที่สอดคล้องกับแผนกสุขภาพของโรงพยาบาลด้านความต่อเนื่อง ผู้ป่วยได้รับการ (Agile Hospital - Patient focus) จึงได้จัดทำโครงการ "อ้อมกอดรัก" ขึ้น เพื่อส่งเสริมให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการดูแลและเยียวยาจิตใจผู้ป่วยเด็ก และช่วยสนับสนุนให้เกิดความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับจิตวิญญาณของผู้ป่วยเด็ก และเพิ่มอัตราการเจ็บป่วยซ้ำของผู้ปกครองต่อการเจ็บป่วยซ้ำของผู้ป่วยเด็ก ซึ่งจะเป็นส่วนหนึ่งในการขับเคลื่อนองค์กรไปสู่การเป็นโรงพยาบาลในดวงใจ

บทเรียนที่ได้จับ

ความสำเร็จ : การเจ็บป่วยซ้ำในผู้ป่วยเด็ก ความเครียด ความกลัว ความวิตกกังวลของผู้ปกครอง สามารถนำไปสู่การลดความวิตกกังวลได้ ดังนั้นการโอบกอด ปล่อยใจ พุดคุยกับผู้ป่วยเด็ก จึงเป็นสิ่งสำคัญ

การเจ็บป่วยซ้ำของผู้ปกครองต่อการเจ็บป่วยซ้ำของผู้ป่วยเด็ก และการเจ็บป่วยซ้ำของผู้ปกครองต่อการเจ็บป่วยซ้ำของผู้ป่วยเด็ก จะเป็นส่วนหนึ่งในการขับเคลื่อนองค์กรไปสู่การเป็นโรงพยาบาลในดวงใจ

กิจกรรมการพัฒนา

1. ศึกษาความต้องการด้านจิตวิญญาณจากผู้ปกครองของผู้ป่วยเด็กที่เข้ารับการรักษา
2. ออกแบบการดำเนินกิจกรรม
3. สอดคล้องความต้องการของผู้ปกครองในการดูแลผู้ป่วยเด็ก และการเจ็บป่วยซ้ำของผู้ป่วยเด็ก โดยให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการดูแลและให้การดูแลสุขภาพจิตของผู้ป่วยเด็ก
4. จัดสิ่งแวดล้อมภายในห้องตรวจด้วยเสียง (External environment healing)
5. กระตุ้นให้ผู้ปกครอง/เจ้าหน้าที่ช่วยเหลือนอกห้อง ปล่อยใจ พุดคุยกับผู้ป่วยเด็ก และอยู่กับผู้ปกครองที่ดูแลและให้การดูแลสุขภาพจิตของผู้ป่วยเด็ก

การวัดผลและผลของการเปลี่ยนแปลง

วิธีการประเมินผล

ประเมินความพึงพอใจ โดยการใช้สเกลการวัดความพึงพอใจ (Likert scale) 5 ระดับ

ได้มีความร่วมมือจากผู้ปกครองและผู้ป่วยเด็ก

94.64%

อัตราการเจ็บป่วยซ้ำของผู้ปกครองต่อการเจ็บป่วยซ้ำของผู้ป่วยเด็ก

100%

อัตราการเจ็บป่วยซ้ำของผู้ปกครองต่อการเจ็บป่วยซ้ำของผู้ป่วยเด็ก

ส่งเสริมให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการดูแลเด็กขณะ
เจาะเลือดโดยวิธีการโอบกอด ปล่อยใจ พุดคุย
ตามความสมัครใจและความพร้อม
ร่วมกับการสร้างสิ่งแวดล้อมเพื่อเบี่ยงเบนความ
สนใจด้วยโมบายล์ตุ๊กตาแขวน



ยิ้มได้สบาย คลายความปวด (กุมารเวชกรรม 1)



โรงพยาบาล
โรงพยาบาลคุณภาพ

AHA

ระบบการดูแลผู้ป่วยด้วยมิติจิตวิญญาณ (SHA) SPIRITUAL HEALTHCARE in ACTION (SHA) AHA ชม. Share SHA Day วันที่ 04 มิถุนายน 2567

ยิ้มได้สบาย คลายความเจ็บปวด

1 ปัญหาและสาเหตุ

หอผู้ป่วยกุมารเวชกรรม 1 ให้การดูแลผู้ป่วยเด็กที่มีโรคทางศัลยกรรม ส่วนใหญ่เป็นผู้ป่วยหลังผ่าตัด ซึ่งความเจ็บปวดหลังผ่าตัดเป็นแบบเฉียบพลัน การจัดการความเจ็บปวดถือเป็นปัญหาสำคัญที่ต้องได้รับการจัดการอย่างเหมาะสม เนื่องจากส่งผลกระทบต่อทั้งร่างกายและจิตใจของผู้ป่วยและผู้ปกครอง ซึ่งพยาบาลควรต้องรับฟัง รับรู้ ความเจ็บปวดทั้งของผู้ป่วยและผู้ปกครอง เพื่อหาทางเลือกในการจัดการความปวดร่วมกัน และให้การจัดการความปวดด้วยความเข้าใจ การเบี่ยงเบนความสนใจ ถือเป็นเทคนิคหนึ่งที่ใช้ในการบรรเทาอาการเจ็บปวดของผู้ป่วย การเลือกใช้กลวิธีการบรรเทาความปวดแบบไม่ใช้ยาเป็นอีกทางเลือก เพื่อให้ผู้ป่วยและครอบครัวเกิดความพึงพอใจและความสุขสบายมากที่สุด การเบี่ยงเบนความสนใจเป็นการหันเหความสนใจของผู้ป่วยให้ไปจากจุดที่ได้รับความปวด ไปสู่การกระตุ้นที่นำเสนอมากกว่า และสร้างความรู้สึกพึงพอใจ ขณะเดียวกันก็สามารถลดการรับรู้ความรุนแรงของความปวดและความรู้สึกทางอารมณ์

ทางหอผู้ป่วยเห็นความสำคัญในการบรรเทาความเจ็บปวดของผู้ป่วย โดยคำนึงถึง การรับรู้ และการตัดสินใจเลือกรูปแบบในการจัดการความเจ็บปวด จึงได้จัดทำโครงการนี้ขึ้น เพื่อเป็นการเบี่ยงเบนความสนใจ บรรเทาความเจ็บปวดโดยไม่ใช้ยาที่เหมาะสมตามช่วงอายุ ลดความทุกข์ทรมานจากการเจ็บปวดหลังผ่าตัด ลดอันตรายจากการใช้ยา และคลายความวิตกกังวลของผู้ปกครอง

2 เป้าหมาย

1. เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับการบรรเทาความเจ็บปวดหลังผ่าตัด > 80 %
2. เพื่อให้ผู้ปกครองมีความพึงพอใจในการจัดการความเจ็บปวดในผู้ป่วย > 80%

4 การวัดผลและผลของการเปลี่ยนแปลง

1. ผลการประเมินความเจ็บปวดของผู้ป่วยก่อนและหลังการจัดการความเจ็บปวดโดยไม่ใช้ยา
2. ผู้ปกครองมีความพึงพอใจในการจัดการความเจ็บปวดในผู้ป่วย = 92%

ก่อนการจัดการความปวด	VS	หลังการจัดการความปวด
คะแนนเฉลี่ย = 6.5 SD = 1.08	NPS (N=10)	คะแนนเฉลี่ย = 1.9 SD = 1.10
คะแนนเฉลี่ย = 7.9 SD = 0.83	OROS (N=10)	คะแนนเฉลี่ย = 8.8 SD = 0.80
คะแนนเฉลี่ย = 6.3 SD = 1.19	Numeric (N=10)	คะแนนเฉลี่ย = 3 SD = 1.69

3 กิจกรรมการพัฒนา

1. ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับโรคศัลยกรรม
2. ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับโรคศัลยกรรม
3. ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับโรคศัลยกรรม
4. ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับโรคศัลยกรรม
5. ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับโรคศัลยกรรม

5 บทเรียนที่ได้รับ

ความเจ็บปวดส่งผลกระทบต่อทั้งร่างกายและจิตใจของผู้ป่วย โดยเฉพาะผู้ป่วยทารกและเด็กซึ่งทำให้ผู้ปกครองมีความเครียดและวิตกกังวลเป็นอย่างมาก การส่งเสริมให้เจ้าหน้าที่ทางกายภาพบำบัดมีการรับฟัง รับรู้ ความเจ็บปวดทั้งของผู้ป่วยและผู้ปกครอง เปิดโอกาสให้ผู้ปกครองได้มีส่วนร่วมในการหาทางเลือกในการจัดการความปวดร่วมกัน และให้การจัดการความปวดด้วยความเข้าใจ จะสามารถให้การช่วยเหลือบรรเทาอาการปวดได้ทันเวลา และสามารถนำมาใช้เป็นข้อมูลในการวางแผนการดูแลรักษาให้ครอบครัวคล่องและมีประสิทธิภาพมากขึ้น

เจ้าของผลงาน : นางสาวกัญญา วัฒนผล
ติดต่อ : tiffy_phubphon@hotmail.com
หอผู้ป่วยกุมารเวชกรรม 1 แผนกพยาบาลผู้ป่วยกุมารเวชกรรม

ผู้ป่วยเด็กหลังผ่าตัด
การเบี่ยงเบนความสนใจ
หันเหความสนใจไปจากจุดที่ได้รับความปวด
ไปสู่การกระตุ้นอื่นที่น่าสนใจมากกว่า

Distraction techniques

- Play and activities: interactive toys, bubbles, art, or music
- Storytelling and media: reading a story, video games, or television
- Singing and music:



Relaxation and comfort techniques

- Gentle touch: Gentle massage, holding, or a warm belly rub
- Positioning and environment: minimal stimulation, warm blanket
- Breathing: guided deep breathing
- Cuddling (กอด): cuddle with a favorite toy

Physical comfort and support

- Heat or cold: cold pack, warm compress or heating pad
- Support and routine: continue normal activities



สื่อใจผู้ให้สู่ผู้รับ (หมมล พรหมปัญญา)



โครงการ SHA สื่อใจ : สื่อใจผู้ให้สู่ผู้รับ

พว. หมมล พรหมปัญญา หมอผู้ช่วยวิกฤตอายุรกรรม 2
งานการพยาบาลผู้ป่วยอายุรศาสตร์ ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่

ปัญหาและสาเหตุ

จากการสำรวจความต้องการของผู้ป่วย (patient journey survey) ในปี 2566 โดยใช้แบบสอบถาม patient journey, patient experiences เพื่อค้นหาความต้องการของผู้รับบริการในกลุ่มผู้ป่วยที่มีภาวะ sepsis และ septic shock พบว่าผู้ป่วยและครอบครัวมีความวิตกกังวล รวมถึงต้องการได้รับการช่วยเหลือทางด้านจิตใจและการดำเนินกรดูแลรักษาโรค ขณะอยู่ในโรงพยาบาล พบ Pain point เฉลี่ย = 8

หมอมูลผู้ช่วยวิกฤตอายุรกรรม 2 ได้จัดทำโครงการ "SHA สื่อใจ : สื่อใจผู้ให้สู่ผู้รับ" เพื่อพัฒนาระบบการให้ข้อมูลแก่ผู้ป่วยและครอบครัวโดยบูรณาการมิติจิตวิญญาณจากแนวคิด Spiritual Healthcare in Action (SHA) ในการตอบสนองความต้องการที่คำนึงถึงศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ คุณค่า และความหมายของชีวิต ควบคู่กับการดูแลตามมาตรฐานวิชาชีพ นำไปสู่การพัฒนาคุณภาพการพยาบาลให้มีมาตรฐาน ตอบสนองวิถีชีวิตของครอบครัวและสังคม นำมาซึ่งการพัฒนาระบบการดูแลผู้ป่วยให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี และเป็นการพัฒนาคุณภาพการพยาบาลให้มีมาตรฐาน ผู้รับบริการพึงพอใจ และเป็นสื่อใจผู้ให้ในดวงใจในที่สุด

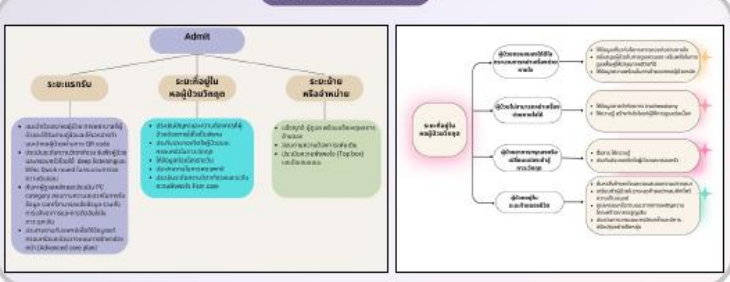
เป้าหมาย

เพื่อพัฒนาระบบการให้ข้อมูลแก่ผู้ป่วยและครอบครัวโดยบูรณาการมิติจิตวิญญาณจากแนวคิด SHA อย่างน้อยร้อยละ 80

ตัวชี้วัด

- 1.บุคลากรปฏิบัติงานแบบปฏิบัติการให้ข้อมูลแก่ผู้ป่วยและครอบครัวโดยหมอมูลผู้ช่วยวิกฤตอายุรกรรม 2 โดยใช้แนวคิด SHA อย่างน้อยร้อยละ 80
- 2.ผู้ป่วยญาติได้รับการประเมินความพึงพอใจด้านจิตวิญญาณร้อยละ 100
- 3.ระดับความพึงพอใจ fam care ของผู้รับบริการอย่างน้อยร้อยละ 90
- 4.ผู้ป่วยญาติ มีความวิตกกังวลลดลงอย่างน้อยร้อยละ 90
- 5.ระดับความพึงพอใจ Top Box (S) และ Empathy score อย่างน้อยร้อยละ 80
- 6.ไม่มีข้อร้องเรียน

กิจกรรมการพัฒนา



การประเมินผลการเปลี่ยนแปลง

อยู่ระหว่างการจัดทำตัวชี้วัดและประเมินผลการดำเนินงาน

บทเรียนที่ได้รับ

การบูรณาการมิติจิตวิญญาณจากแนวคิด Spiritual Healthcare in Action (SHA) ในการให้ข้อมูลกับผู้ป่วยและครอบครัวจนเกิดผลลัพธ์ทั้งคุณภาพและสร้างคุณค่าในวิชาชีพควบคู่กับการส่งเสริมจิตวิญญาณในการทำงานของบุคลากร เพื่อให้นักวิชาชีพได้ตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลผู้ป่วยและครอบครัวอย่างรอบคอบ มีการให้ข้อมูลส่วนที่เกี่ยวกับการปฏิบัติหน้าที่ในการตอบสนองความต้องการของ ผู้ป่วยและครอบครัว โดยคำนึงถึงศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ คุณค่าและความหมายของชีวิต มีการติดตามผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นเพื่อปรับปรุงการรับรู้อาการและการดูแลผู้ป่วยในหอผู้ป่วยในตามมาตรฐานวิชาชีพ นำไปสู่การพัฒนาคุณภาพการพยาบาลให้มีมาตรฐาน ผู้รับบริการพึงพอใจและเป็นสื่อใจผู้ให้ในดวงใจในที่สุด

ให้ข้อมูลแก่ผู้ป่วย Sepsis ที่อยู่ใน ICU
รับฟังผู้ป่วยโดยใช้ deep listening
วางแนวทางการให้ข้อมูลตาม staging ของผู้ป่วย:

- ตอบสนองต่อการกรรหายาเครื่องช่วยหายใจได้ดี
- ไม่สามารถหย่าเครื่องช่วยหายใจได้
- ผู้ป่วยทรุดลง
- ระยะท้ายของชีวิต

ที่พักครั้งสุดท้าย (สำหรับผู้ป่วยพิเศษตะวัน 5)



ระบบการดูแลผู้ป่วยด้วยมิติจิตวิญญาณ (SHA) SHARE SHA Day

ที่รัก... คุณ...
สุดท้าย...

เคมี... บำบัดที่ DNA ระดับอนุพันธ์
แต่เคมีที่ตรงกัน เยียวยาคุณค่าชีวิตผู้ป่วย
ครอบครัวและบุคลากร

แต่หากให้เล่าถึงความรู้สึกในหน้าที่
ก็อยากเล่าถึงผู้ป่วยเด็กที่มาเข้ารับ
การรักษาและอยู่ในความดูแลตลอดคือผู้ป่วยเด็ก
ที่เป็นโรคมะเร็งเม็ดเลือดขาวชนิด ALL อยู่ในความ
ดูแลตลอดคือผู้ป่วยเด็กที่เป็นโรคมะเร็งเม็ดเลือดขาว
ชนิด ALL เด็กชายอายุ 8 ปี ได้รับการวินิจฉัย ครั้งแรก
เมื่อเดือนมกราคม 2562 น้องเข้ารับการรักษาให้
ยาเคมีบำบัดจนครบคอร์ส แต่โรคได้กลับมาเป็นซ้ำถึง
2 ครั้งโดยในครั้งที่ 3 โรคได้กลายพันธุ์เป็นชนิดที่ร้าย
กว่าเดิมคือมะเร็งเม็ดเลือดขาวชนิด AML ในครั้งนี้
น้องเข้ารับการรักษาเป็นระยะเวลานาน แต่เนื่องจากเป็นเด็ก
ร่าเริง หัวเราะง่าย มักมีขนมมาให้พี่
พยาบาลบ่อยครั้ง มีชื่อโกแลตใส่รถ
บังคับมาให้พี่พพร้อมข้อความหวาน
ชวน หัวเราะในวินาเลนไทน์

จนถึงเวลา 17.30 น. น้องได้จากไปอย่าง
สงบปราศจากความเจ็บปวดและความ
ทุกข์ทรมาน การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย
โดยใช้ผู้ป่วยและความต้องการของญาติ
เป็นศูนย์กลาง ให้การดูแลดุจญาติมิตร
เอื้ออาทร ทีมดูแลผู้ป่วยทำงานตาม
บทบาทของตนเพื่อให้ผู้ป่วยเสียชีวิตสงบ
และคงศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ไว้
ขอบคุณพี่พยาบาลเวรเช้าที่อยู่ช่วยดูแลผู้
ป่วยและให้คำปรึกษาต่างๆ ขอขอบคุณทีม
อาจารย์และแพทย์ Hemato ที่อยู่กับเรา
อาจารย์แพทย์ได้นำกล่าวคำไว้อาลัยและ
ขอโศกนาฏกรรมแก่ห้อง ขอให้ห้องไปเป็น
เทวดาอยู่บนสวรรค์...

และในวันที่ 30 กันยายน 2565 เป็นวันที่น้องต้องมาโรง
พยาบาลคุณยายจ่ายห้องได้แจ้งรายชื่อนมาแต่ยังไม่มีความ
ติดต่อทางผู้ป่วย จึงโทรไปหาคุณพ่อว่าวันนี้ห้องจะมา
นอนโรงพยาบาลหรือไม่ว่าจะจัดเตรียมห้องไว้ให้
คุณพ่อตอบว่ายังไม่รู้จะไปไหน หน้าเสียงดูกังวลและสับสน
จนถึงตอนบ่ายคุณพ่อคุณแม่มาที่ห้องลูกเห็น ทีม
แพทย์ Hemato ได้เข้าไปดูแลและขอให้ห้องและครอบครัว
ได้อยู่ด้วยกันพร้อมหน้าที่พักพิเศษตะวัน 5

เวลา 15.58 น. ทีมแพทย์ Hemato พาห้องมาจาก
ห้องฉุกเฉินพร้อมคุณพ่อและคุณแม่ที่ร้องไห้
ตลอดเวลาระหว่างนั้นห้องไม่รู้สึกตัว ใส่ออกซิเจน
และได้รับการกระตุ้นความดันทางหลอดเลือดดำ
ทางผู้ป่วยจึงได้จัดให้คุณพ่อคุณแม่พร้อม
ญาติได้ได้อยู่กับห้อง

การติดต่อกับงาน
นางสาวกมลวรรณ ชัยรัตนกุล ผู้ป่วยพิเศษตะวัน 5 งานการพยาบาลผู้ป่วย
พิเศษทั่วไป ฝ่ายการพยาบาล โรงพยาบาลพระนครศรีอยุธยา
คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยไทย Tel: 061-9063300
E-mail: khalgha137@hotmail.com

เคมี...บำบัดที่ DNA ระดับอนุพันธ์

แต่เคมีที่ตรงกัน เยียวยาคุณค่าชีวิตผู้ป่วย ครอบครัวและบุคลากร

- น้องเป็น AML รับยาเคมีบำบัดแล้วกลับเป็นซ้ำ กลายพันธุ์เป็นชนิดที่ดุร้าย
- ในครั้งที่ 3 น้องต้องรักษาต่อเนื่องเป็นเวลานาน แต่ก็ยังเป็นเด็กร่าเริง หัวเราะง่าย มักมีขนมมาให้พี่บ่อย ๆ
- ในวันวาเลนไทน์ มีช็อกโกแลตใส่รถบังคับมาให้พี่ ๆ พร้อมข้อความหวานชวนหัวเราะ
- การพยากรณ์โรคไม่ดีนัก พ่อแม่ขอพาน้องกลับบ้านเพื่อพาไปเที่ยวในที่ที่น้องอยากไป (patient preference)
- แล้วก็กลับมาเสียชีวิตอย่างสงบ

การประเมิน patient preference เมื่อแรกรับ

1. Care and treatment goals

- Level of involvement in decision-making: ความต้องการในการร่วมตัดสินใจ
- Priorities for outcomes: คุณภาพชีวิต vs การยืดเวลาที่มีชีวิต, comfort, & independence.
- Specific interventions, end-of-life care

2. Communication and information

- Communication style: อย่างละเอียดหรืออย่างสรุปที่เข้าใจง่าย
- Communication support: ข้อจำกัดในการสื่อสาร (การได้ยิน การมองเห็น การพูด ภาษา)
- Involvement of family and friends: ความต้องการให้ครอบครัวร่วมรับรู้ ผู้ตัดสินใจหลัก.

3. Hospitalization experience

- Availability of staff: การพบแพทย์และพยาบาล
- Comfort and privacy: ลักษณะห้อง ความเงียบสงบ การจัดการความปวด
- Systemic efficiency: ประสิทธิภาพในการประสานการดูแล ระยะเวลาที่ต้องนอน รพ.
- Cultural and religious needs: ความต้องการด้านอาหาร วัฒนธรรม ศาสนา ข้อห้ามต่าง ๆ.
- Personal and social needs: การใช้ชีวิต สิ่งสนับสนุน ปัจจัยที่มีผลต่อการฟื้นตัวหรือจำหน่าย

ให้รางวัลตนเอง เพื่อเป็นพลังชีวิต



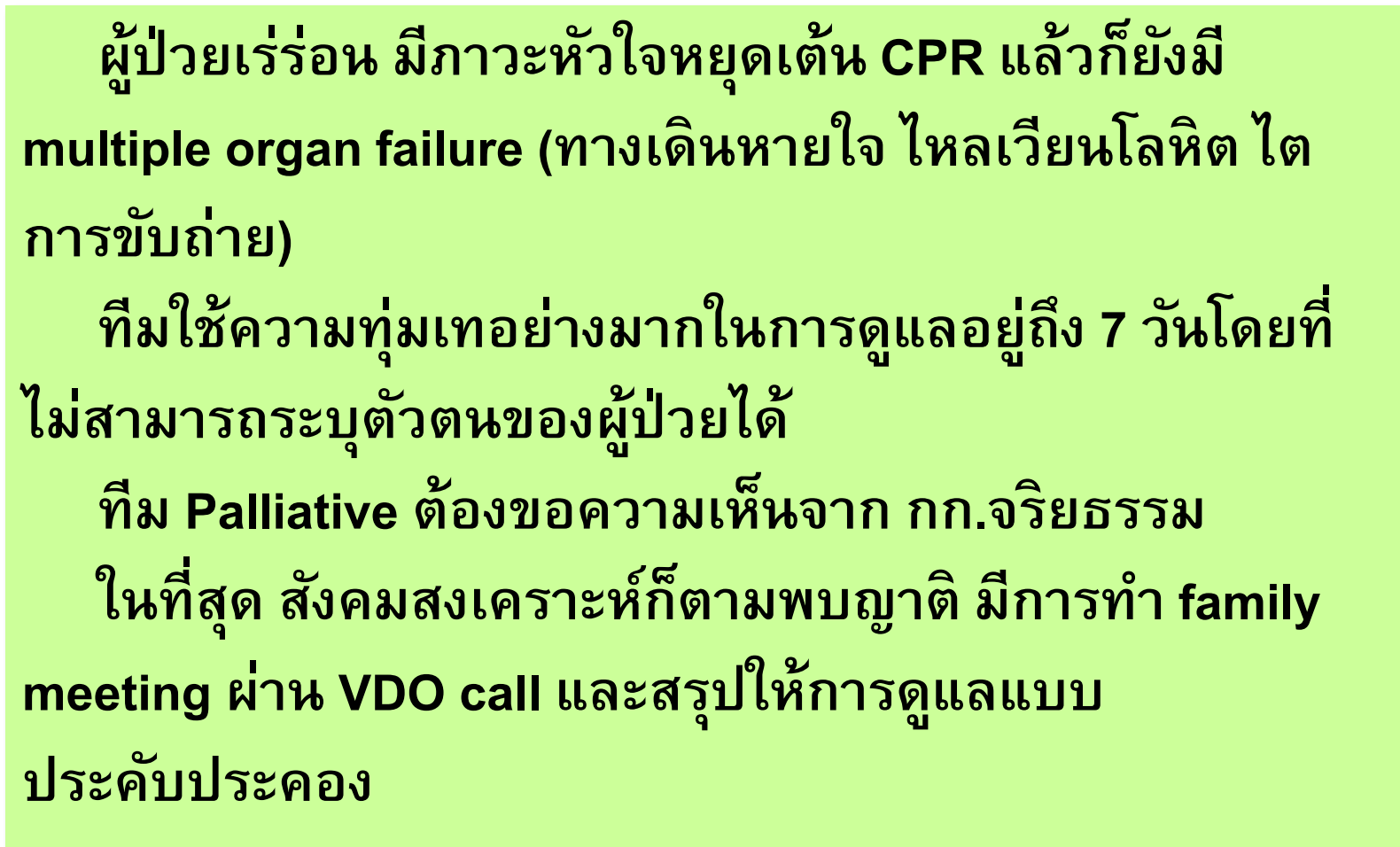
โรงพยาบาล
โรงพยาบาลคุณภาพ

AHA

1. จัดทำบัญชีรายการงานที่ต้องทำ ชีตรายการที่ไม่ต้องทำ หรือทำเสร็จแล้วออก แค่นี้ก็ทำให้ยิ้มได้
2. เล่นกับเด็กหรือสัตว์เลี้ยงที่บ้านสัก 15 นาที ถือว่าเป็น mental & physical break
3. กินน้ำชายามบ่ายเพื่อความเพลิดเพลิน
4. หาเวลางีบสัก 20 นาที
5. Dance break
6. ไปเดินเล่นสูดอากาศบริสุทธิ์ในสวน
7. ทำงานศิลปะเพื่อให้มี mental break และสมองได้ทำงาน ด้านความคิดสร้างสรรค์
8. เขียนรายการงานที่ทำสำเร็จและติดไว้ในที่ที่เห็นได้ทุกวัน ฉลองกับความสำเร็งนั้น
9. อาบน้ำหรือแช่น้ำนานๆ
10. ปูที่นอน จัดที่นอนใหม่
11. นำของใหม่ๆ มาใช้
12. ดูหนังเรื่องโปรด
13. Doodle วาดลายเส้นขยุกขยิก
14. วางแผนท่องเที่ยวในฝัน
15. ไม่ทำอะไรเลย นั่งเฉยๆ อยู่กับลมหายใจของตัวเอง

your Smile
is our Reward





วันที่ 10-12 พฤศจิกายน 2568 ณ ห้องประชุมชั้น 2 อาคารเรียนรวม

1. เป็นผู้สร้างภาระจำเอน่าเบื่อหน่าย
2. เป็นผู้ที่เราต้องให้บริการตามหน้าที่ (professional care)
3. เป็นผู้ที่เราต้องให้การดูแลด้วยความรักและเมตตา
(humanized health care)
4. เป็นเทวทูตให้เรามองเห็นความทุกข์ยากของเพื่อนมนุษย์
(spirituality)

ขอทาน - ทูตที่มาย้ำเตือนให้ตระหนักถึงความทุกข์ของเพื่อนมนุษย์

จากสนามบิน ผมนั่งแท็กซี่ไปยังวัดโมคัลลปุทธวิหาร ถนนในกรุงนิวเดลีจอแจ ทางแยกรถติดยาวเหยียด และทุกๆ ทางแยกที่รถจอดรอไฟสัญญาณ ขอทานจำนวนมากต่างออกมาปฏิบัติหน้าที่ขอทานจากผู้ที่อยู่ในรถยนต์ เคาะกระจก ปลุกมโนธรรมของผู้ที่นั่งอยู่ในรถ

วันนี้ ความรู้สึกของผมเปลี่ยนแปลงไป สายตาที่แสดงออกซึ่งความลำเค็ญทุกข์ยาก ได้ส่งผ่านมาสู่ตัวผม สายตาของขอทานเหล่านี้เป็นเสมือนแสงไฟที่สว่างจ้า สาดส่องให้ผมมองเห็นความทุกข์ยากของเพื่อนมนุษย์ ขอทานเหล่านี้คือตัวแทน คือทูต ที่มาย้ำเตือนให้ผมตระหนักถึงความทุกข์ยากของเพื่อนมนุษย์ที่มีอยู่ทั่วโลก

ความทุกข์ของเพื่อนมนุษย์มีอยู่ทั่วไปบนโลกใบนี้ ต่างแต่ว่าเราจะมองเห็นเพื่อนมนุษย์เหล่านั้นหรือไม่ การมองเห็นความทุกข์ของเพื่อนมนุษย์ มิใช่การใช้ตาดู หากแต่มองเห็นด้วยใจ ที่ทำให้รู้สึกรู้ว่าความทุกข์ยากของเพื่อนมนุษย์ เป็นความทุกข์ยากของผมเอง

ด้วยการมองเห็นความทุกข์ยากของเพื่อนมนุษย์นี้เอง ทำให้ผมข้ามพ้นความรู้สึกรังเกียจเดียดฉันท์และความขุ่นเคือง อารมณ์อันหยาบกระด้างมลายหายไป เหลือไว้แต่ความนุ่มนวลอ่อนโยนในใจ

ประมวล เพ็งจันทร์

Component of Compassion

ความเห็นอกเห็นใจและความเข้าใจ
การเข้าใจมุมมองของผู้ป่วยอย่างแท้จริง

Empathy & Understanding

Patient-centered Communication

การสื่อสารที่เห็นผู้ป่วยเป็นศูนย์กลาง
การใช้สัญญาณทั้งทางวาจาและอวัจนภาษา
เพื่อสื่อถึงความอบอุ่น การรับฟังอย่างตั้งใจ
และความเต็มใจที่จะแก้ไขข้อกังวล

Respect & Dignity

ปฏิบัติด้วยความเคารพและศักดิ์ศรี
การปฏิบัติต่อผู้ป่วยในฐานะปัจเจกบุคคล เคารพ
ค่านิยมและความเชื่อของผู้ป่วย และหลีกเลี่ยง
การกระทำที่บั่นทอนความเคารพตนเอง

การบรรเทาความทุกข์ทรมาน

ความปรารถนาและความพยายามอย่างจริงจังใน
การลดความทุกข์ทางร่างกาย อารมณ์ และจิตใจ
ของผู้ป่วย ผ่านการกระทำและการดูแลที่รอบคอบ

Alleviating Suffering

Building Trust

การสร้างควมไว้วางใจ

การดูแลด้วยความเห็นอกเห็นใจอย่างคง
เส้นคงวาสรางความไว้วางใจ ซึ่งนำไปสู่การ
มีส่วนร่วมและผลลัพธ์ที่ดีขึ้นของผู้ป่วย

Compassionate Engagement



โรงพยาบาล
จุฬาลงกรณ์

AHA



Kathryn talks about her experience following an incident where **she was harmed** when her cannula was not flushed following surgery, leaving her close to death and temporarily paralysed. She describes how openness and having the opportunity to be part of the solution meant that the investigation process didn't exacerbate the trauma of the event.

ภายในหนึ่งชั่วโมงหลังเหตุการณ์เกิดขึ้น ฉันได้พบกับแพทย์หลายคน พวกเขาที่เตียงของฉัน ฉันได้พบกับวิสัญญีแพทย์ที่ทำผิดพลาดในการไม่ flush สาย เขาเข้ามาที่เตียงของฉันและนั่งข้างเตียงของฉันและขอโทษ he was really broken มันสำคัญมากจริงๆ ที่ต้องได้รับคำขอโทษนั้น

หัวหน้าพยาบาลสัลยกรรมซึ่งอยู่เวรขณะเกิดเหตุก็เข้ามาพบฉัน ใช้เวลาอยู่ด้วยกันมากทีเดียว และเธอก็ให้เบอร์มือถือของเธอแก่ฉัน อธิบายขั้นตอนที่จะเกิดขึ้นต่อไปและบอกว่าจะมีรายงานที่ 72 ชั่วโมง แล้วถ้าฉันต้องการที่จะค้นหาข้อมูลเพิ่มเติมหรือทำความเข้าใจว่าจะเกิดอะไรขึ้นต่อไป ฉันก็สามารถติดต่อเธอผ่านเบอร์มือถือนี้ได้เลย

มีความเปิดกว้างตั้งแต่วินาทีที่มันเกิดขึ้น วิธีการการตอบสนองด้วยน้ำใสใจจริงที่ข้างเตียงเป็นการตอบสนองที่ very human

ฉันเชื่อมต่อกับทีมแล้ว ฉันรู้ว่าพวกเขากำลังดำเนินการตอบสนองจากการเกิดเหตุการณ์ที่ร้ายแรง และฉันก็มีทั้งรายงาน 72 ชั่วโมงและรายงานการสอบสวนเหตุการณ์ร้ายแรง ฉันสามารถอ่านแล้วย่อย และยังสามารถกลับมาเพื่อพูดคุยตั้งคำถาม และนั่นมีความหมายสำหรับฉันมาก

เมื่อฉันได้รับรายงานในเดือนกันยายน รายงานก็มีความสมบูรณ์ขึ้นมากกว่าที่ฉันคาด พวกเขาพูดคุยเกี่ยวกับการเรียนรู้บางอย่าง และฉันบอกได้เลยว่าพวกเขากำลังดูความล้มเหลวของระบบในวงกว้าง ฉันรับรู้ว่าพวกเขาไม่ได้สร้างแพะรับบาปของวิสัญญีแพทย์

โรงพยาบาลเปิดกว้างและสื่อสารกับฉันมาก โปร่งใสและรักษาแนวการสื่อสารที่ชัดเจน

Spiritual Needs for Some Populations



โรงพยาบาล
โรงพยาบาลคุณภาพ

AHA

Patient Population	Spiritual Needs
Life-limiting illness	Feeling of isolation, anger, guilt, sadness, suffering, denial
Chronic illness	Meaning & purpose of life, hope, reconciliation & forgiveness, addressing the fear of dying, connection & belonging
Mental illness	Creating purpose, addressing spiritual struggles, finding support, integrating spirituality into treatment, practice to find peace
Cancer	Finding meaning and purpose, hope, connection & relationship, religious practice, peace and acceptance

Spiritual Needs for Fragile Elderly



โรงพยาบาล
โรงพยาบาลคุณภาพ

AHA

Spiritual Needs	Approach
Meaning & purpose	reflecting on life's journey, validate their life
Hope & peace	Encourage expression of feeling
Connection with higher power, community/loved one, nature	Respect spiritual practices, facilitate connection
Forgiveness: self, others	
Feeling loved unconditionally	Offer comfort & presence
Acceptance of limitation & change	Focus on remaining abilities
Expression of faith/belief	Listen actively & empathetically
Dignity & respect	

Depression in Elderly with Hormonal Change

ผู้สูงอายุที่มีภาวะฮอร์โมนบกพร่องอาจเกิดวงจรอุบาทว์ (vicious cycle) ได้ จากยาต้านอาการซึมเศร้าและการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมนตามวัยจะส่งผลกระทบต่อกันในทางลบ ทำให้ภาวะซึมเศร้าและภาวะเสื่อมสมรรถภาพทางเพศแย่ลง.

1. การเปลี่ยนแปลงระดับฮอร์โมนและภาวะซึมเศร้า (Hormonal change and depression)

- ภาวะฮอร์โมนที่ลดลงทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ได้ เช่น ความหงุดหงิด ความไม่แยแส และซึมเศร้าเรื้อรัง
- ภาวะซึมเศร้าจะแย่ลงตามอายุ ซึ่งอาจเกิดจาก physiological changes รวมทั้ง hormonal shifts

2. ยาต้านอาการซึมเศร้ารบกวนฮอร์โมน (Antidepressants interfere with hormones)

- ยาต้านอาการซึมเศร้าที่พบบ่อย มักมี sexual side effect เนื่องจากการเพิ่มขึ้นของ serotonin

3. Compounding the loop

- ยาต้านอาการซึมเศร้าทำให้เกิดภาวะเสื่อมสมรรถภาพทางเพศมากขึ้น
- -> ทำให้ผู้ป่วย distress มีปัญหาความสัมพันธ์และสุขภาพจิตโดยรวม
- -> ผู้ป่วยอาจไม่ปฏิบัติตามและหยุดยาต้านอาการซึมเศร้าทันที
- -> ภาวะซึมเศร้ากำเริบ

The background of the slide is an abstract pattern of dark gray, three-dimensional hexagons. These hexagons are arranged in a honeycomb-like structure, but some are slightly offset or missing, creating a sense of depth and movement. Within the recessed areas of these hexagons, there are glowing teal or light blue lines, which appear to be part of a larger, interconnected network or circuit. The overall effect is a high-tech, futuristic aesthetic.

Assessment of Compassionate Care



THE DIFFERENCE BETWEEN PROMS AND PREMS

	PROMs	PREMs
Full term	Patient-Reported Outcome Measures	Patient-Reported Experience Measures
Definition	Tools used to measure a patient's perspective on their health, quality of life, and the impact of treatment	Tools used to measure the patient's experience of healthcare services, such as their interactions with healthcare providers, access to care, and overall satisfaction
Purpose	Evaluate the effectiveness of treatments or interventions from the patient's point of view	Help healthcare providers assess the quality of the care experience and identify areas for improvement
Questionnaires used	SF-36, EQ-5D, PROMIS, custom surveys	HCAHPS, NHS Friends and Family Test, CARE Measure, custom surveys

**Health, quality of life,
impact of treatment**

**Experience: interactions,
access, satisfaction**

The CARE measure, a relational questionnaire, is an example of a PREMs (Patient Reported Experience Measures) tool

<https://www.bjaed.org/article/S2058-5349%2817%2930058-6/fulltext>

Please rate the following statements about today's consultation.

Please mark the box like this ☒ with a ball point pen. If you change your mind just cross out your old response and make your new choice. Please answer every statement.

How good was the practitioner at...	Poor	Fair	Good	Very Good	Excellent	Does not apply
1) Making you feel at ease (introducing him/herself, explaining his/her position, being friendly and warm towards you, treating you with respect; not cold or abrupt)	☐	☐	☐	☐	☐	
2) Letting you tell your "story" (giving you time to fully describe your condition in your own words; not interrupting, rushing or diverting you)						
3) Really listening (paying close attention to what you were saying; not looking at the notes or computer as you were talking)						
4) Being interested in you as a whole person (asking/knowing relevant details about your life, your situation; not treating you as "just a number")						
5) Fully understanding your concerns (communicating that he/she had accurately understood your concerns and anxieties; not overlooking or dismissing anything)						
6) Showing care and compassion (seeming genuinely concerned, connecting with you on a human level; not being indifferent or "detached")						
7) Being positive (having a positive approach and a positive attitude; being honest but not negative about your problems)						
8) Explaining things clearly (fully answering your questions; explaining clearly, giving you adequate information; not being vague)						
9) Helping you to take control (exploring with you what you can do to improve your health yourself; encouraging rather than "lecturing" you)						
10) Making a plan of action with you (discussing the options, involving you in decisions as much as you want to be involved; not ignoring your views)						

1. ทำให้คุณรู้สึกอบอุ่น
2. เปิดโอกาสให้คุณเล่าเรื่อง
3. ตั้งใจรับฟัง
4. สนใจคุณ as a whole person
5. เข้าใจสิ่งที่คุณห่วงกังวลอย่างแท้จริง
6. แสดงถึง care & compassion
7. มีเจตคติเชิงบวก ตรงไปตรงมา
8. อธิบายสิ่งต่างๆ อย่างชัดเจน
9. ช่วยเหลือให้คุณดูแลสุขภาพตนเองได้
10. วางแผนปฏิบัติการร่วมกับคุณ

Focus Area for Compassion and Ethics

<https://www.taskforce.org/face-about-compassion/>

Our approach is informed by neuroscience, psychology, & contemplative science.

We focus on **three essential elements** of compassion:



Awareness

Cognitive awareness of
suffering



Empathy

Emotional resonance
with the suffering person



Action

A commitment to
alleviating suffering

Awareness

- Patient-centered observation
- Contextual understanding
- Proximity to suffering

Empathy

- Cognitive empathy
- Emotional empathy
- Validation of experience

Action

- Competence & safe clinical care
- Personalized and timely intervention
- Empathetic communication & advocacy
- Human connection & support
- Follow-up & continuity

Domain	SCQ (Sinclair)-58.1	SCCS (Schwartz)-49.9	TMPACC-40.7	CCAT-26.3
Virtuous response การตอบสนองอย่างมี คุณธรรม	4. Attentive 15. Sincere	1. Express sensitivity, caring, compassion 6. Gain trust	Gain trust	Pain control Timely treatment Check frequently Plan of care Prof. image
Relational communication การสื่อสารสร้าง ความสัมพันธ์	1. Feel cared for 2. Genuine concern 3. Communicated sensitive 6. Very supportive 8. Spoke with kindness 10. Behaved in a caring way 13. See my perspective	4. Listen attentively 5. Convey information, understandable 8. Comfortably discuss issues 11. Communicate, timely & sensitive	Care & compassion	Support spiritual belief Access to spiritual support Excuse shortcoming Inner beauty Outside connection
Attended to needs การใส่ใจความต้องการ	5. Provided comfort 7. Provided care	3. Consider effect of illness 7. Involve in decision	Personal need Emotional well- being	Encouraging Appreciating P&F Considering of personal needs Being empathetic
Seek to understand แสวงหาความเข้าใจ	9. Saw as person 11. Really understand needs	9. Treat as a person 2. Understand emotional need	As a whole person	Dealing with difficult issues
Relational space พื้นที่ความสัมพันธ์	12. Good relationship 14. Warm presence	10. Show respect 12. Spend enough time		Sense of humor Unconditional love

Provider: Capacity for Compassion Scale (CCS)

Motivation and compromise dimension

- ข้อ 1. ฉันรู้สึกปรารถนาอย่างยิ่งที่จะป้องกัน บรรเทา และ/หรือหลีกเลี่ยงความทุกข์ทรมาน
- ข้อ 2. ฉันรู้สึกจำเป็นต้องช่วยเหลือผู้อื่นมาโดยตลอด
- ข้อ 3. ฉันรู้สึกเข้มแข็งและกล้าหาญที่จะรับมือกับความทุกข์ทรมาน
- ข้อ 11. ความสามารถในการเข้าใจและเห็นคุณค่าของคนที่ถูกทุกข์ทรมานเกิดขึ้นในตัวฉัน
- ข้อ 12. ฉันรู้สึกมีส่วนร่วมกับความทุกข์ของคนๆ นี้
- ข้อ 13. ฉันทำทุกวิถีทางเพื่อบรรเทาความทุกข์
- ข้อ 14. เมื่อเผชิญกับสถานการณ์ที่ไม่มีทางป้องกันตัวเองได้ ฉันสามารถระดมทรัพยากรทั้งหมดเท่าที่จะทำได้เพื่อปกป้องมัน

Presence dimension

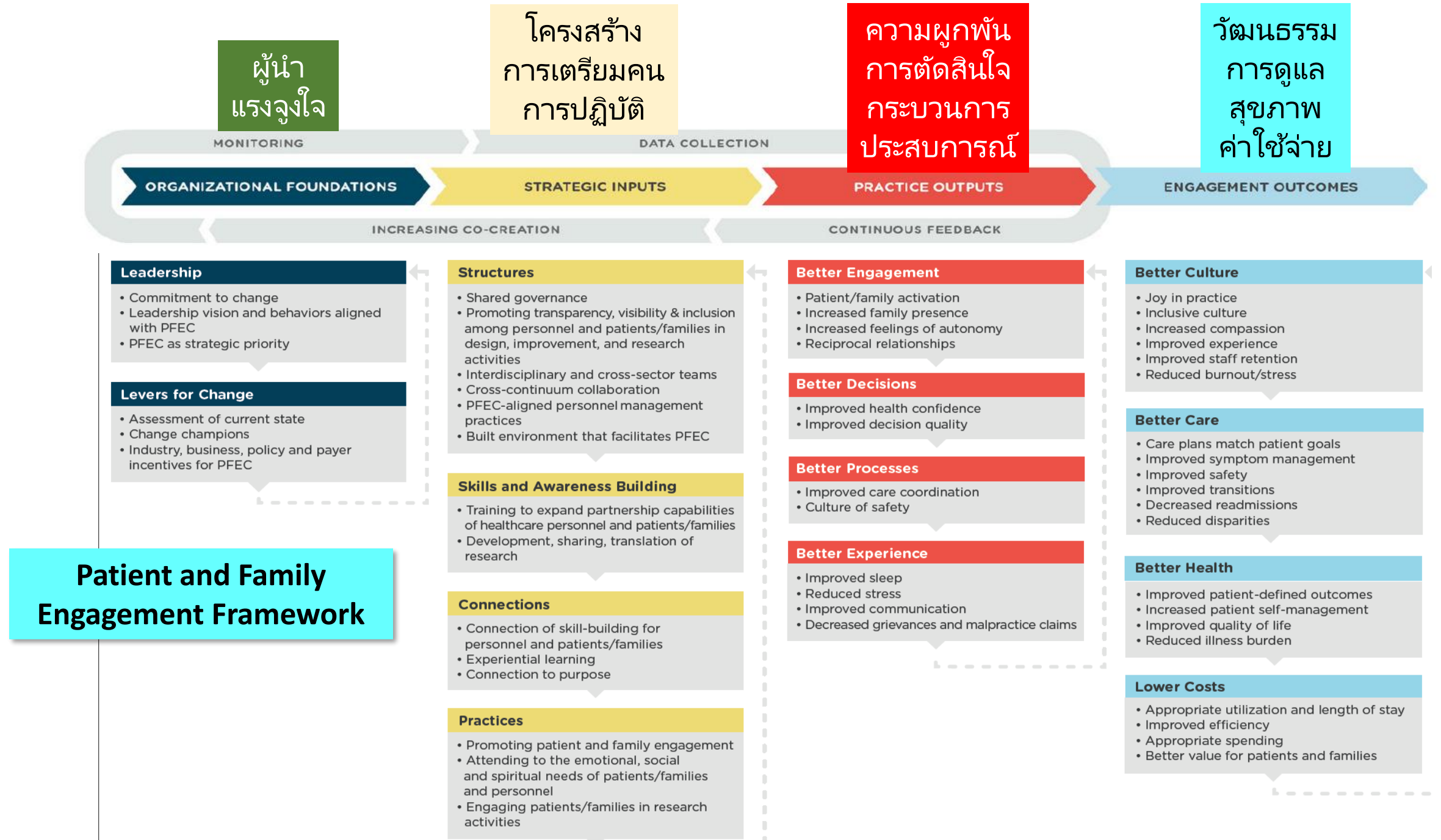
- ข้อ 4. ฉันสามารถฟังอย่างตั้งใจโดยไม่วกแวก
- ข้อ 5. ฉันสามารถสังเกตความคิดและอารมณ์ของตัวเองด้วยความอยากรู้อยากเห็น และไม่ตัดสิน
- ข้อ 6. ฉันสามารถอยู่เคียงข้างผู้ป่วยทั้งทางร่างกายและจิตใจ และไม่หลบหนี
- ข้อ 7. หากมีสิ่งใดรบกวนสมาธิ ฉันจะหายใจเข้าลึกๆ และตั้งสติอีกครั้ง

Common humanity dimension

- ข้อ 8. ฉันตระหนักว่า เช่นเดียวกับคนๆ นี้ ฉันก็สามารถทนทุกข์ได้เช่นกัน
- ข้อ 9. ฉันเข้าใจว่ามนุษย์ทุกคนต้องการหลุดพ้นจากความทุกข์ และเราต้องการมีความสุข
- ข้อ 10. ฉันรู้สึกว่าเราทุกคนเชื่อมโยงกันและต้องการซึ่งกันและกัน

Self-compassion dimension

- ข้อ 15. หากฉันรู้สึกอ่อนแอ ฉันสามารถดูแลตัวเองด้วยความรัก
- ข้อ 16. หากฉันทำผิด ฉันพยายามไม่ตัดสินตัวเองและปฏิบัติต่อตัวเองอย่างเมตตา
- ข้อ 17. หากฉันรู้สึกท้อแท้ ฉันสามารถให้ความอบอุ่นและความเข้าใจแก่ตัวเองได้



เราใช้ความมั่งคั่งทางสติปัญญา เพื่อเพิ่มคุณค่าต่อชีวิตของเรา
เราตอบแทนด้วยการเสนองานเป็นของขวัญต่อสังคม
การงานไหลผ่านตัวเราและไม่ได้เกิดจากเรา
เราไม่ได้เป็นเจ้าของปัญญา ความคิดสร้างสรรค์ หรือฝีมือของเราเลย
เราได้รับแล้วเราก็ส่งต่อของขวัญและความงดงาม
ดังเช่นแม่น้ำที่ไหลอยู่เสมอ

วิพาโน ภาเว กล่าวต่อ สาทิส กุมาร ใน “มีเธอ จึงมีฉัน”





