

กังหันลม



กังหันลม...กังหันความคิด สะถียรระบบสุขภาพไทย

e-newsletter

Volume 1 January 2009

กระตุกต่อมคิด

พระนักคิดนักเขียนชื่อดัง
พระมหาวุฒิชัย วชิรเมธี
(ว.วชิรเมธี) มองชีวิต
ปุ่ยีนผ่านวิถีสุขภาพชุมชน

Design for Life

สุขภาพดี มีที่ใกล้บ้าน
“จะดีกว่าไหม...ถ้าคุณมีคนดูแล
สุขภาพประจำครอบครัว
อยู่ใกล้ๆ บ้าน

คนต้นคลิก

หากทำฝันให้เป็นจริงได้ คุณฝันอยากเห็น “สุขภาพชุมชน” เป็นเช่นไร จาก

- นายแพทย์พงษ์พิสุทธ์ จงอุดมสุข
- นายแพทย์โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์
- คุณบุษบงก์ วิเศษพลชัย

Newsletter



สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส.) เคยมีจดหมายข่าวขององค์กรที่ส่งให้กับสมาชิกและผู้สนใจอย่างสม่ำเสมอ คล้ายกับหน่วยงานต่างๆ จำนวนมากที่มีจดหมายข่าวในลักษณะเดียวกัน แต่เรียกชื่อหลากหลายแตกต่างกันไป ตั้งแต่ชื่อเรียกง่ายๆ เช่น จดหมายข่าวขององค์กรนั้นองค์กรนี้ บางฉบับมีการตั้งชื่อให้ดูน่าสนใจหรือสะท้อนเอกลักษณ์ขององค์กร ของ สวรส. ก็ใช้ชื่อว่า **“จับกระแส”** แต่ที่ไปที่มาของการใช้ชื่อนี้ไม่แน่ใจอย่างไร เข้าใจว่าจะพยายามใช้จดหมายข่าวสะท้อน **“กระแส”** ของการเปลี่ยนในระบบสุขภาพ ณ ขณะนั้น

◆ หลังจากจดหมายข่าว สวรส. (จับกระแส) ระยะเวลาหนึ่ง เริ่มมีเสียงสะท้อนถึงประโยชน์และความคุ้มค่าของจดหมายข่าวดังกล่าว มีความพยายามประเมินความเห็นของผู้อ่านเพื่อประกอบการตัดสินใจ แต่ก็มีผู้ตอบกลับแบบประเมินน้อย ซึ่งอาจสะท้อนประโยชน์ของจดหมายข่าวได้ทางหนึ่ง ในที่สุด สวรส. จึงตัดสินใจยุติการจัดทำจดหมายข่าว (ชั่วคราว)

ล่าสุด..ด้วยความก้าวหน้าของเทคโนโลยี ที่ทำให้มีทางเลือกในการสื่อสารเพิ่มขึ้นผ่านสื่ออิเล็กทรอนิกส์ สวรส. จึงได้ตัดสินใจจัดทำจดหมายข่าวขององค์กรขึ้นมาอีกครั้ง (แน่นอนภายใต้ชื่อใหม่เพื่อสะท้อนการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น) เพื่อใช้เป็นกลไกสื่อสารระหว่าง สวรส. กับองค์กรภาคีและผู้เกี่ยวข้องต่างๆ ทั้งนี้ด้วยตระหนักว่า การทำงานเพื่อให้บรรลุเป้าหมายตามพันธกิจของ สวรส. จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องได้รับการสนับสนุนจากองค์กรภาคีต่างๆ อย่างกว้างขวาง และการสนับสนุนต่างๆ จะเกิดขึ้นไม่ได้เลย หากขาดการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพที่จะนำไปสู่เอกภาพของความคิด ซึ่งจะนำไปสู่การร่วมมือร่วมไม้กันในการผลักดันประเด็นปัญหาที่มีความสำคัญต่อไป

นอกจากนี้ สวรส. ยังหวังเป็นอย่างยิ่งว่า จดหมายข่าวในรูปแบบใหม่นี้จะช่วยกระตุ้นให้เกิดการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในประเด็นต่างๆ กันอย่างกว้างขวาง เพราะนี่เป็นพื้นฐานที่สำคัญสำหรับการสร้างความรู้และสังคมแห่งการเรียนรู้ในอนาคตต่อไป

คิดเห็นอย่างไร สวรส. ขอน้อมรับทุกความคิดเห็นด้วยความยินดียิ่งครับ

Editor Talks

หากการเริ่มต้น ไม่ว่าเรื่องใดก็ตามถือได้ว่าเป็นช่วงเวลาดีๆ ที่จะก่อให้เกิดมวลสารแห่งการสร้างสรรค์แพร่ขยายออกไป...

กั้งหันลม ก็คงจะนับได้ว่าเป็นอีกการเริ่มต้นหนึ่งของ สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส.) ที่มุ่งหวังจะแปรเปลี่ยนการเริ่มต้นเป็นพลังงานความคิดที่นำไปสู่การพัฒนา ระบบสุขภาพ สำหรับฉบับปฐมฤกษ์เล่มนี้ จะขอนำเสนอเรื่อง **สุขภาพชุมชนและบริการปฐมภูมิอันเป็นรากฐานสำคัญของระบบสุขภาพ** และเป็นบริการที่อยู่ใกล้ชิดกับวิถีชีวิตของผู้คนและชุมชน ซึ่งถือเป็นภารกิจอันยิ่งใหญ่ที่เคารพในคุณค่าและศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์

ขอพลังแห่งการเริ่มต้นจงส่งผ่านไปถึงหัวใจทุกดวงที่ศรัทธาในอุดมการณ์ที่มีคุณค่า และเดินอยู่บนเส้นทางการทำงานเพื่อสังคมที่ดีขึ้น... ✨

Contents vol.1 January 2009

| | |
|-----------------|----|
| เก็บข่าวมาฝาก | 4 |
| กระตุกต่อมคิด | 6 |
| ใบนิกข์ข่าว | 8 |
| เอนหลังอ่าน | 9 |
| คนต้นคลึก | 10 |
| Design for Life | 15 |
| Letter to HSRI | 16 |

คาดปี 52 คนตกงาน 2 ล้าน จากพิษเศรษฐกิจ



วิกฤตเศรษฐกิจกับการปกป้องสุขภาพคนไทย ประเด็นร้อนที่สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส.) ร่วมกับสำนักงานพัฒนานโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ (IHPP) จัดแถลงข่าวเมื่อวันที่ 23 ธันวาคม พ.ศ. 2551 เพื่อเร่งเตรียมรับมือกับสถานการณ์คนไทยจะตกงานกว่า 2

ล้านคน ในปี 2552 จากผลกระทบจากวิกฤตเศรษฐกิจและแนวโน้มผลกระทบที่มีต่อสุขภาพคนไทย ซึ่งงานนี้ได้รับเกียรติจาก ศ.ดร.อัมมาร สยามวาลา นพ.ดร.วิโรจน์ ตั้งเจริญเสถียร นพ.พงษ์พิสุทธิ์ จงอุดมสุข และพญ.ดร.จงกล เลิศเธียรธำรง ร่วมกันชี้ให้เห็นถึงผลกระทบและมาตรการด่วนที่รัฐบาลควรต้องเร่งดำเนินการ โดยมีข้อเสนอสำคัญคือ 1.การบรรเทาผลกระทบกับผู้ตกงานโดยการขยายสิทธิประโยชน์ด้านการรักษาพยาบาล 2.การเพิ่มประสิทธิภาพการใช้ทรัพยากรด้านสาธารณสุข 3.การลดการบริโภคเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของประชาชน

วิจัยในมนุษย์สู่มาตรฐานสากล

ไทยเป็นเจ้าภาพจัดประชุมวิชาการนานาชาติ “การเสริมพลังผู้มีส่วนได้ส่วนเสียในการวิจัยสุขภาพ : มุ่งสู่การพัฒนาความรับผิดชอบด้านจริยธรรมและการตรวจสอบ(An International Conference on Empowering Stakeholders in Health Research: Towards Developing an Ethics of Accountability and Responsibility)” เพื่อร่วมกันยกระดับการวิจัยในมนุษย์ให้ได้มาตรฐานสากล ในวันที่ 24 - 25 พฤศจิกายน พ.ศ. 2551 ณ โรงแรมราม การ์เด้น โดยมีผู้เข้าร่วมประชุม 250 คนจากเกือบ 20 ประเทศทั่วโลก อาทิ สหรัฐอเมริกา จีน เกาหลีใต้ ฟิลิปปินส์ เนปาล ศรีลังกา อินเดีย มาเลเซีย อินโดนีเซีย ใต้หวัน ฯลฯ



สวรส.ร่วมเคลื่อนไหวทางวิชาการ ในเวทีสมัชชาสุขภาพแห่งชาติ



สมัชชาสุขภาพแห่งชาติ ครั้งที่ 1 พ.ศ. 2551 งานใหญ่ที่จัดขึ้นเป็นครั้งแรกอย่างเป็นทางการและมีส่วนร่วมตามเจตนารมณ์ของพระราชบัญญัติสุขภาพแห่งชาติ พ.ศ.2550 เมื่อวันที่ 11-13 ธันวาคม พ.ศ. 2551 ณ ศูนย์ประชุมสหประชาชาติ งานนี้ สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส.) ในฐานะภาคีเครือข่ายของสำนักงานคณะกรรมการสุขภาพแห่งชาติ(สช.) ได้ร่วมจัดประชุมวิชาการเพื่อนำเสนอข้อมูลตลอดจนความเคลื่อนไหวทางวิชาการเกี่ยวกับระบบสุขภาพ ในหัวข้อ “องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นกับการจัดการสุขภาพ” โดยนำเสนอกรณีศึกษาและอภิปรายความคิดเห็นเกี่ยวกับบทบาทของ



องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในการบริหารจัดการด้านสุขภาพ และหัวข้อ “กฎหมายผู้ประสบภัยจากรถอย่างไร เพื่อให้เกิดความเป็นธรรมต่อผู้บริโภค” เพื่อชี้ให้เห็นถึงจุดอ่อนของกฎหมายผู้ประสบภัยจากรถที่ทำให้เกิดความไม่เป็นธรรมต่อผู้บริโภคตลอดจนผลกระทบที่เกิดขึ้นกับผู้เสียหายในแง่มุมมองต่างๆ อย่างไรก็ตามเชื่อว่าเวทีดังกล่าวจะเป็นการสร้างแรงกระตุ้นให้เกิดการเคลื่อนไหวสู่สาธารณะต่อไป



มองชีวิตปุ๋ยเย็น... ผ่านระบบสุขภาพชุมชน



วันเก่าคืนเก่ากำลังล่วงผ่าน ฤดูกาลของวันใหม่กำลังเริ่มขึ้น เช่นเดียวกับคอลัมน์ “กระตุกต่อมคิด” ปรากฏการณ์ใหม่ที่เว้นพื้นที่ให้กับนักคิด นักทำงาน มาฝากแนวคิดเพื่อกระตุกต่อมคิดของท่านให้ตื่นเต้น ตื่นตัว คิดดีคิดงามเพื่อคนรอบข้างและสังคม

ฉบับนี้เริ่มต้นที่ พระนักคิดนักเขียนชื่อดัง พระมหาวุฒิชัย วชิรเมธี (ว.วชิรเมธี) ที่จะมองชีวิตปุ๋ยเย็นผ่านวิถีสุขภาพชุมชน

สุขภาพชุมชน...ในมุมมองของท่านเป็นอย่างไร?

“คือการที่เราได้อยู่ในชุมชนที่มีสภาพแวดล้อมดี โดยคำว่าสภาพแวดล้อมหมายถึง **หนึ่ง** สภาพสิ่งแวดล้อมที่ดี **สอง** สภาพแวดล้อมทางสังคมดี คือการที่คนมาอยู่ร่วมกันด้วยความรัก ความสมัครสมาน **สาม** สภาพแวดล้อมทางบุคคล คือมีบุคคลที่เป็นกัลยาณมิตร มีนักปราชญ์ราชบัณฑิต มีคนทรงศีลทรงธรรม เป็นคนดีมีความรู้ สมาคมอยู่ด้วยกัน **สี่** หมายถึงมีภาวะเศรษฐกิจที่มั่นคง **ห้า** หมายถึง มีอิสรภาพในการใช้ปัญญา **หก** ได้อยู่ในบรรยากาศหรือสังคมที่มีความเป็นประชาธิปไตย **เจ็ด** มีอิสรภาพในการนับถือศาสนา **แปด** ประชาชนทุกคนมีสุขภาพกาย สุขภาพจิตที่แข็งแรง ทั้งแปดประการนี้เป็นนิยามสุขภาพชุมชนในความคิดของอาตมา”

ชีวิตปุ๋ยเย็น : ระบบสุขภาพชุมชน สัมพันธ์กันไฉน?

“ชีวิตปุ๋ยเย็นมีมิติสุขภาพชุมชนอยู่ที่ตัวท่านเอง เพราะท่านคือผู้ทรงศีล ทรงธรรม เป็นปฐุชนียบุคคลที่เราน่าจะนำมาเป็นแบบอย่างเพื่อให้ตัวเราเข้มแข็ง เมื่อตัวเราเข้มแข็ง ชุมชนก็จะเข้มแข็ง ความเข้มแข็งของท่านเกิดเพราะ **หนึ่ง** ท่านเป็นคนที่ดำรงชีวิตอยู่โดย

ยึดคุณค่าแท้มากกว่าคุณค่าเทียม คือไม่วิ่งตามกระแสความต้องการหรือแฟชั่นของสังคม เป็นคนที่ดำรงชีวิตอย่างคำนึงถึงแก่นแท้ บัจฉยสี่เอาแค่พอกิน พออยู่เท่านั้นไม่ทรูหราไม่ฟุ้งเฟ้อ และมีความสัตย์ ความจริงใจ ซึ่งสังคมไทยกำลังขาดแคลนอย่างมาก”

บทเรียนจากชีวิตปุ๋ยเย็นสู่การเรียนรู้ของทุกคน...

“ชีวิตปุ๋ยเย็นสอนเราได้ในหลายๆ เรื่อง **หนึ่ง** ความเป็นคนเคร่งครัด และยึดถือแนวทางปฏิบัติตามศาสนาที่เชื่อมั่นศรัทธา และเคารพในพระเจ้าที่ตนนับถือ **เป็นการดำเนินชีวิตที่มีหลักยึด ไม่ใช่อยู่ไปวันๆ หรืออยู่ไปโดยปล่อยให้กิเลสสนตะพาย** กิเลสว่าอย่างไรก็ใช้ชีวิตไปอย่างนั้น คนเราเมื่อมีหลักก็ไม่ถอยหลัง แต่ถ้าหลักถอยก็ถอยหลังได้ทันที”

“สอง เป็นคนที่มีศักดิ์ศรี ไม่จำเป็นไม่ขอใครกิน ทุกอย่างพยายามจะเสาะแสวงหามาด้วยกำลังสติปัญญาและความรู้ความสามารถของตัวเอง นี่เป็นสิ่งที่เราน่าจะได้เรียนรู้จากวิถีชีวิตของปุ๋ยเย็น เพื่อจะอัญเชิญคุณงามความดีที่มีอยู่ในตัวปุ๋ยเย็นมาอยู่ในตัวเราบ้าง”

“อย่ามัวแต่ชื่นชมคนดี หากควรเรียนรู้ที่จะเป็นคนดีด้วยตนเองเช่นกัน”

พรปีใหม่ : ต้นทางที่จะก้าวข้ามผ่านวิกฤตต่างๆ

“พรสามประการที่จะมอบคือ **หนึ่ง** มองลึก **สอง** นึกไกล **สาม** ใจกว้าง **“หนึ่ง** มองลึกคืออย่ามองอะไรแบบผิวเผิน หรือยึดติดถือมั่นเฉพาะปรากฏการณ์ เพราะคุณค่าที่แท้ของทุกสิ่งทุกอย่างจะอยู่เลยปรากฏการณ์ที่เรามองเห็นด้วยตาไป จึงอย่าตัดสินอะไรจากรูปลักษณ์ภายนอกเท่านั้นเพราะมันจะทำให้เราพลาดจากคุณค่าที่แท้จริงทุกสิ่งทุกอย่างที่เราเข้าไปเกี่ยวข้อง **สอง** นึกไกล คืออย่านึกแต่ว่าฉันจะได้อะไร **ควรนึกไปไกลๆ ว่าฉันจะให้อะไรแก่คนอื่นได้บ้าง** **สาม** ใจกว้าง คืออยู่ร่วมกับคนที่มีความคิดต่าง คนที่เชื่อต่าง คนที่สีผิวต่าง คนที่มีลัทธิศรัทธาต่างได้อย่างสมัครสมานสามัคคี กลมเกลียวกัน ถ้าทำได้อย่างนี้ไม่ว่าเราจะอยู่ที่ไหนก็ไม่ถูกมาเข่นฆ่าใครซึ่งมีความแตกต่างจากเรา เราก็จะเป็นคนที่มีเอกภาพท่ามกลางความแตกต่างได้

“มองลึก นึกไกล ใจกว้าง ใครทำได้คนนั้นย่อมมีสุขภาวะอย่างแน่นอน”

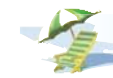


รางวัลเจ้าฟ้ามหิดล ลุยพื้นที่ดูงานนโยบายสาธารณะ

การประชุมวิชาการรางวัลสมเด็จพระเจ้าฟ้ามหิดล (Prince Mahidol Award Conference 2009) วันที่ 28 มกราคม พ.ศ. 2552 : สำหรับปีนี้ประเด็นหลักที่ผู้เข้าร่วมประชุมจะร่วมกันแลกเปลี่ยนและศึกษาดูงานคือ **Healthy public policy หรือ Mainstreaming Health into Public Policy นโยบายสาธารณะที่มีผลต่อสุขภาพ** ซึ่งสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (สวรส.) เป็นองค์กรประสานการจัดการศึกษาดูงานในพื้นที่ โดยประเด็น **Healthy public policy** จะศึกษาดูงานที่ อปต.บางระกำ จ.นครปฐม สำนักงานนิคมอุตสาหกรรมมาบตาพุด จ.ระยอง ชุมชนแพรกนามแดง จ.สมุทรสงคราม มูลนิธิข้าวขวัญ จ.สุพรรณบุรี ส่วนประเด็น **Road traffic accident** จะศึกษาดูงานที่ ศูนย์ขับขี่ปลอดภัยฮอนด้า กรุงเทพฯ เพื่อเป็นการสร้างความเข้าใจในประเด็นดังกล่าวที่เป็นบริบทของประเทศไทยมากขึ้น

รวมพลคนบริการสุขภาพปฐมภูมิ

กิจกรรมสุขภาพชุมชน 2552 (Community Health and Primary Care Expo 2009) ระหว่างวันที่ 18 - 20 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2552 ณ อาคารอิมแพ็ค ดอนเวเนชันเซ็นเตอร์ เมืองทองธานี : มหกรรมดีๆ ที่รวบรวมผู้คนที่เป็นฟันเฟืองหลักในการทำงานบริการสุขภาพปฐมภูมิ เปิดโอกาสและพื้นที่ในการสื่อสารคุณค่า เอกลักษณ์ คุณดมคติ ของบริการสุขภาพปฐมภูมิให้กับสังคมวงกว้าง ตลอดจนการขับเคลื่อนพลังในเชิงอุดมการณ์ที่ทำให้คนทำงานเห็นคุณค่าและภูมิใจในงานที่ทำ และพร้อมที่จะทุ่มเทสร้างงานสุขภาพปฐมภูมิ สนใจดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ WWW.PrimaryCareExpo.com หรือ WWW.hsri.or.th/pcuexpo “สร้างคุณค่าความเป็นคน สร้างสุขภาพชุมชนให้เข้มแข็ง”



ที่แห่งนี้รักษาด้วยความสุข : สำนักพิมพ์สารคดี

เขียนโดย : อรสม สุทธิสาคร

สนับสนุนการวิจัยเชิงสารคดีโดย : สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข การงานท่ามกลางความป่วยไข้ ความเจ็บ ความตาย ที่มี **ความสุข และความดี** เป็นหัวใจนำทางไปสู่การคลายความทุกข์ และความหม่นหมองของผู้คนในสังคม

ที่แห่งนี้รักษาด้วยความสุข ที่ที่การทำงานสาธารณสุขไม่ได้เป็นเพียงการตอบโจทย์เรื่องการรักษาความป่วยไข้เท่านั้น แต่เป็นที่ที่เปี่ยมล้นไปด้วยความดี ความงามจากการทำงานหลากหลายมิติ ซึ่งทั้งหลายทั้งปวงเชื่อว่า **ศรัทธา** จะนำพาทุกหัวใจไปค้นพบความสุขที่เงินซื้อไม่ได้ และความดีที่คนส่วนใหญ่หลงลืม...



เรื่องเล่า...นักเรียนแพทย์

บรรณาธิการ : นพ.พงศ์เทพ วงศ์วัชรไพบูลย์

พิมพ์โดย : มูลนิธิแพทย์ชนบท

ภาพของแพทย์ที่มีเวลาอันจำกัดในการพูดคุยกับผู้ป่วย และปริมาณผู้ป่วยจำนวนมากอาจดึงพรากหัวใจความเป็นมนุษย์ ออกจากความสัมพันธ์ระหว่างแพทย์กับผู้ป่วย หรือขาด้านลบของแพทย์บางคนอาจทำให้เราต่างหมดศรัทธาในหัวใจของผู้ที่มีหน้าที่อันยิ่งใหญ่ในการต่อลมหายใจของผู้คน

เรื่องเล่า...นักเรียนแพทย์ อาจเป็นส่วนหนึ่งของความหวังในการกู้คืนความรู้สึกดีๆ ที่สัมผัสได้จากหัวใจของนักศึกษาแพทย์ที่หล่อหลอมความเป็นมนุษย์จากการรักษาผู้ป่วยโดยมองชีวิตที่มีบริบทแวดล้อมมากกว่ามองแค่เพียงความเจ็บป่วยเท่านั้น เรื่องเล่าจากหัวใจดีๆ 20 เรื่องของนักศึกษาแพทย์ตัวเล็กๆ ที่ได้รับรางวัลและส่งเสริมเข้าร่วมโครงการเขียนเรื่องเล่าจากประสบการณ์ของนิสิตนักศึกษาแพทย์ที่มีหัวใจแห่งความเป็นแพทย์...หัวใจแห่งความเป็นมนุษย์



สนใจเอนหลังอ่านและสัมผัสความสุขได้จากเรื่องราวดีๆ เหล่านี้ได้ที่ **ห้องสมุดสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข (โทร.02-9511286-93 ต่อ 132)**

หากทำฝันให้เป็นจริงได้ คุณฝันอยากเห็น “สุขภาพชุมชน” เป็นเช่นไร

เรามีคนช่างฝันสามท่านที่ทำงานคลุกคลีอยู่กับระบบสุขภาพชุมชน จะมาเล่าความฝันที่อยากให้เป็นจริง



นายแพทย์พงษ์พิสุทธิ์ จงอุดมสุข
ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข

• ใครสักคนที่มีทั้งความรู้และความรัก

“ถ้าเริ่มเจ็บป่วยเรามักจะต้องการที่ปรึกษาที่เรามีความเชื่อมั่นว่าเขามีความรู้มากพอ สามารถให้บริการที่จะช่วยชีวิตเราให้พ้นจากความทุกข์ทรมานหรือหายจากโรคร้ายไข้เจ็บนั้นได้ ช่วยสนับสนุนให้เราสามารถใช้ชีวิตอยู่กับความเจ็บป่วยได้โดยที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีพอสมควร หาก

โรคนั้นไม่สามารถเยียวยาให้หายขาด เราต้องการบุคลากรที่ทุ่มเทหัวใจในการดูแลเรา เป็นคนที่เราไว้ใจได้ว่า เขาจะทุ่มเทความสามารถทั้งหมดเพื่อให้เราพ้นจากความทุกข์ ความเจ็บป่วย”

“ปัจจุบันเราเห็นความไม่ไว้วางใจกันระหว่างคนไข้กับบุคลากรที่ให้บริการ เนื่องจากกระแวงว่าบุคลากรอาจมีความรู้ไม่มากพอ รวมทั้งไม่ได้มีเจตนาที่ดีที่ทุ่มเททุกอย่างเพื่อคนไข้อย่างจริงจัง ผมคิดว่าสิ่งเหล่านี้เป็นประเด็นที่ต้องเร่งแก้ไขโดยเร็ว”

• มือเดียวคงไม่ไหว ต้องร่วมใจทั้งชุมชน

“สุขภาพเป็นมากกว่าเรื่องโรคร้าย ทุกอย่างเกี่ยวข้องและกระทบต่อสุขภาพหมด ตั้งแต่การกินอยู่ การใช้ชีวิต ครอบครัว ชุมชน สังคม สิ่งแวดล้อม จึงอยากเห็นบุคลากรทางการแพทย์และสาธารณสุขเข้ามาช่วยชุมชนจัดการปัจจัยทั้งหลายที่บ่งชี้ให้เอื้อต่อการมีสุขภาพะ และก็ไม่ใช่เฉพาะเจ้าหน้าที่เท่านั้น แต่หมายถึงเรา ครอบครัว และคนในชุมชนทั้งหมดต้องช่วยกัน...”

“สิ่งสำคัญที่สุด ต้องมีวิถีปฏิบัติที่เชื่อมโยงผู้คนเข้าหากัน เพราะโดยธรรมชาติคนแต่ละคนจะมีศักยภาพและความถนัดที่หลากหลาย แต่เมื่อได้มารวมมือกันในจังหวะเวลาที่เหมาะสม จะเป็นการเสริมพลัง ทำให้ปัญหาได้รับการเยียวยา และสามารถสร้างสังคมสุขภาพได้”

• รู้จัก รู้ใจ ใช้เทคโนโลยี

“อยากให้มีการใช้เครื่องมือและเทคโนโลยีอย่างเหมาะสม เช่น การใช้สมุนไพรมาดูแลการเจ็บป่วย ซึ่งได้พิสูจน์แล้วว่ายาสมุนไพรมานานแล้วได้ไม่แพ้ยาแผนปัจจุบัน เราปฏิเสธไม่ได้ว่าทั้งการแพทย์แผนไทยและการแพทย์แผนปัจจุบันต่างมีจุดแข็ง เพราะฉะนั้นต้องเลือกใช้ให้พอเหมาะและผสมผสานกันอย่างเหมาะสม ปัญหาที่เราต้องระมัดระวังอีกอย่างหนึ่งคือ เนื่องจากเทคโนโลยีมีพัฒนาการที่รวดเร็วและราคาแพง ดังนั้นจึงต้องมีความรู้มากพอที่จะเลือกใช้เทคโนโลยีให้เหมาะสม ไม่ตกเป็นเหยื่อของการตลาดที่คอยส่งเสริมให้ใช้เทคโนโลยีใหม่ๆ ซึ่งหลายครั้งเกินความจำเป็น ถ้าเราต้องพาผู้คนในชุมชนไปพึ่งพิงเทคโนโลยีที่มีราคาแพงแต่ให้ผลตอบแทนด้านสุขภาพไม่สูงเท่าไร ก็คงไม่ยั่งยืนในระยะยาว”



นายแพทย์โกมาตร จึงเสถียรทรัพย์
ผู้อำนวยการสำนักวิจัยสังคมและสุขภาพ

● **เบบเบบ... กำหนดชะตาชีวิตตนเองได้**

“ฝันให้เสียงของชุมชนสามารถกำหนดนโยบายสาธารณะได้ โดยเฉพาะทิศทางในการพัฒนาต่างๆ เพราะปัจจุบันชุมชนได้รับผลกระทบจากทิศทางการพัฒนาประเทศมาก เช่น การพัฒนาไปสู่ทุนนิยมหรืออุตสาหกรรม เป็นการพัฒนาที่เน้นรวมศูนย์ไว้ที่จุดใดจุดหนึ่งซึ่งดึงผู้คนออกจากชุมชน ทำให้โครงสร้าง

ของครอบครัวเปลี่ยนไป มีคนแก่กับเด็กอยู่บ้าน คนหนุ่มสาวก็เข้ามาแสวงหาโอกาสทางเศรษฐกิจ ความฝันที่อยากเห็นคือให้ชุมชนมีสิทธิ์มีเสียงในการกำหนดชะตาชีวิตตนเองได้”

“ชุมชนจึงต้องมีส่วนร่วมตั้งแต่กระบวนการสร้างนโยบาย ทิศทางการพัฒนา การเข้าถึงทรัพยากรและต้องมีระบบที่รับฟังเสียงสะท้อน เพื่อลดผลกระทบต่อชุมชนของตน ซึ่งกระบวนการเหล่านี้ขาดหายไปมาก”

● **เบบเบบเข้มแข็ง คนเข้มแข็ง**

“อยากเห็นระบบสุขภาพชุมชนที่เข้มแข็งขึ้น คือ มีกระบวนการที่จัดการปัญหาสุขภาพได้ด้วยตนเอง มีกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในชุมชน มีการใช้ภูมิปัญญาชาวบ้าน และได้รับการสนับสนุนจากองค์กรต่างๆ เพื่อให้ท้องถิ่นสามารถวางแผนแม่บทของตนเองได้ มีกลไกการจัดการของตนเอง และเป็นระบบสุขภาพชุมชนที่ดี”

● **สุขภาพคือความภาคภูมิใจ**

“อยากให้ชุมชนมีความภาคภูมิใจในวัฒนธรรมและความเป็นท้องถิ่นของตนเอง ปัจจุบันการพัฒนานั้นให้คนในท้องถิ่นเลียนแบบคนกรุงเทพฯ ส่วนคน

กรุงเทพฯ ก็ต้องตามแบบฝรั่ง ญี่ปุ่น หรือเกาหลี ท้องถิ่นขาดความภาคภูมิใจในตัวเอง ซึ่งสิ่งนี้เป็นผลพวงของการพัฒนาที่ได้ทำลายฐานความมั่นใจ ภาคภูมิใจ คักคักศรีของคนท้องถิ่นจนเหลือน้อยเต็มที ถ้าคนอยู่ภายใต้ความไร้คักคักศรีก็จะมีสุขภาพที่ดีไม่ได้

“ผมเคยถามพระตี่จอนิชาวปกากะญอว่า สุขภาพของชาวปกากะญอหมายถึงอะไร ท่านตอบว่า สำหรับท่านสุขภาพคือการไปอยู่ที่ไหนแล้วไม่อายุวัฒนธรรมดั้งเดิมของตัวเอง สุขภาวะทางสังคมที่ดีจะต้องมีพื้นที่ให้ทุกคนเติบโตมาอย่างภาคภูมิใจ ไม่ถูกดูแคลนในสถานภาพที่เขาไม่ได้เลือก”



คุณบุษบก วิเศษพลชัย

เจ้าหน้าที่สถานีอนามัยนาเกลือ
พระสมุทรเจดีย์ สมุทรปราการ

● **เปลี่ยนส้มตำปลาร้าเป็นยารักษาโรค**

“อยากใช้อาหารเป็นยา สมมุติว่าเป็นหวัดก็ให้กินแกงส้ม ใครที่เป็นเบาหวานให้กินส้มตำปลาร้า วันหนึ่งสองมื้อเป็นอย่างต่ำ ก่อนอาหารเข้าเย็น ใครที่เป็นความดันด้วยให้กินไปอย่างเพิ่มเข้าไป เจ้าหน้าที่ที่อยู่ตามสถานีอนามัยมีหน้าที่

แนะนำคนไข้ว่า อาหารแบบนี้ต้องกินอาหารแบบนี้”

“เนื่องจากคนไข้จะได้มีความสุข เพราะคนเราเวลาป่วยก็ทุกข์อยู่แล้ว ยังต้องกินยาเป็นกำๆ สงสาร เปลี่ยนยาเป็นส้มตำปลาร้าน่าจะมีสุขกว่า”



• กระบวนองใหม่ “ศาลาสร้างสุข”

“เปลี่ยนชื่อกระทรวงสาธารณสุขเป็นกระทรวง “ศาลาสร้างสุข” หมอมีหน้าที่บำบัดทางจิตใจ ประสาทว่าคนไข้เป็นโรคมา สามารถบอกได้ว่าชาติที่แล้วทำกรรมอะไรมา ไม่ต้องรักษา ใช้พิธีกรรมบำบัดได้เลย เปลี่ยนระบบการให้บริการทั้งหลายเน้นเรื่องพิธีกรรม จิตวิญญาณ แล้วไม่ต้องกังวลเรื่องการหลอกลวง เพราะหมอทุกคนต้องผ่านการรับรองจากระทรวง เรามีใบประกอบโรคศิลปะและการอบรมมีตำแหน่งเฉพาะกับพิธีการ เช่น พยาบาลตัดกรรม 7”

“ฝันอย่างนี้เพราะการแพทย์สมัยใหม่เน้นความสัมพันธ์ที่เป็นทางการ และอธิบายโรคผ่านความรู้ทางชีววิทยา เป็นระบบการรักษาที่แม้มีประสิทธิภาพ แต่ขาดการดูแลเรื่องจิตวิญญาณ ยังไม่เป็นองค์รวม เราได้แต่กินยา ถ้าเป็นองค์รวมจริงๆ ต้องได้ กาย สังคม จิตวิญญาณ กายและสังคมพอได้ แต่จิตวิญญาณ อาจไม่ได้ แต่พิธีพื้นบ้านคือการรวมกลุ่มได้การดูแลสังคม เขาได้เยียวยาจิตใจกันเอง เพราะการได้มานั่งเป็นหมู่คณะ ได้พบคนกลุ่มเดียวกัน จึงเกิดการแลกเปลี่ยนเยียวยาจิตใจซึ่งกันและกันได้การดูแลด้านจิตวิญญาณ”

• หมู่บ้านนี้ไม่มีคนไข้

“ฝันให้ประชาชนเข้าใจปัญหา เรียนรู้ และคิดได้เอง เจ้าหน้าที่ตื่นเช้ามา ไม่มีคนไข้มารอ เพราะเขาดูแลสุขภาพตนเองได้ เขาประชุมกันเองว่าหมู่บ้านเขามีปัญหาสุขภาพอะไร แล้วยืมเครื่องมือจากหน่วยงานรัฐไปดูแลกันเอง เจ้าหน้าที่ที่มีหน้าที่แค่สนับสนุนเท่านั้น”

“เพราะขณะนี้ต้องยอมรับว่าแนวคิดบางอย่างไม่เหมาะสมกับท้องถิ่นของเขา จึงอยากให้เขาคิดเป็น ทำเป็น และรู้ว่าสิ่งที่เขาทำแล้วมีความสุข เช่น การออกกำลังกายไม่จำเป็นต้องแอโรบิคเหมือนกันทุกหมู่บ้าน หมู่บ้านนี้ชอบเล่นไฟ ตั้งกติกาว่าถ้าแพ้ให้วิ่งรอบวงไฟ 1 รอบ เป็นต้น เท่ากับว่าเขาได้ออกกำลังกาย และมีความสุข โดยให้เขาเป็นผู้กำหนดเอง ไม่ต้องไปบังคับซึ่งจะโดนใจเขา เขาจะอยากทำเอง รัฐไม่ต้องมากำหนดกฎเกณฑ์”

สุขภาพดี มีทีไอลบ้าน

ถ้าคุณเบื่อกที่ต้องนั่งรอตรวจนานๆ หรือไปถึงโรงพยาบาลแล้ว ปล่อยให้เริ่มต้นที่แพนโกไหน บ้านก็อยู่ไกล กว่าจะมาหาหมอตามนัดได้ ต้องเสียทั้งเงิน เสียทั้งเวลา ปัญหาต่างๆ มากมายที่พบเจอเวลาไปโรงพยาบาล สร้างความยุ่งยากและความลำบากให้กับคนไข้อย่างมาก

จะดีกว่าไหม... ถ้าปัญหาเหล่านี้หมดไป และคุณสามารถมีหมอประจำครอบครัวอยู่ใกล้ๆ บ้าน และออกเยี่ยมแต่ละบ้าน แต่ละครอบครัวอย่างสม่ำเสมอ

สิ่งเหล่านี้เป็นจริงได้ ด้วยการสร้างระบบการบริการปฐมภูมิที่เข้มแข็ง ไม่ว่าจะป็นศูนย์สุขภาพชุมชน คลินิกครอบครัวอบอุ่น ศูนย์แพทย์ชุมชน หรือสถานเอนามัยใกล้บ้าน





Letter to HSRI

สำหรับจดหมายข่าวน้องใหม่ “กึ่งหันลม” สิ่งสำคัญในการก้าวเดินต่อไปคือคำติชม และความคิดเห็นจากผู้อ่านทุกท่าน เพื่อการปรับปรุง และพัฒนาแต่ละเรื่องราวให้เป็นที่สนใจของผู้อ่าน และเกิดประโยชน์ต่อระบบสุขภาพ ดังนั้น สวรส. จึงเตรียมของขวัญปีใหม่เล็กๆ น้อยๆ เป็น

- เสื้อยืดโปโล 5 ตัว และแผ่น DVD สารคดีวิจัย Design for Life ตอน สุขภาพดี มีที่ใกล้บ้าน มอบให้สำหรับ 10 ท่านแรกที่ส่งความคิดเห็นติชมกลับมา



แล้วพวกเราก็มอบงานทุกคน จะตั้งหน้าตั้งตารอทุกความคิดเห็นที่สะท้อนกลับมาอย่างใจจดใจจ่อล่ะคะ...



แสดงความคิดเห็น

ชื่อ

e-mail

รายละเอียด

สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข ตึกกรมสุขภาพจิต อาคาร 3 ชั้น 5
กระทรวงสาธารณสุข ถนนติวานนท์ อ.เมือง จ.นนทบุรี 11000
โทร. 0-2951-1286-93 www.hsri.or.th