นักกายภาพบำบัดกับงานบริการสุขภาพปฐมภูมิ
Physical Therapists and Primary Health Care Services

รศ.น้อมจิตต์ นวลเนตร์
สาขาวิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์
มหาวิทยาลัยขอนแก่น ขอนแก่น 40002
Assoc.Prof. Nomjit Nualnetr
Department of Physical Therapy,
Faculty of Associated Medical Sciences,
Khon Kaen University, Khon Kaen 40002

บทนำ

จากประสบการณ์การทำงานในวงการวิชาชีพกายภาพบำบัดมานานกว่า 20 ปี ทำให้ผู้เขียนมีมุมมองต่อวิชาชีพของตนเองเปลี่ยนแปลงไป จากเดิมที่เคยเข้าใจว่า นักกายภาพบำบัดคือบุคลากรทางการแพทย์สาขาหนึ่งที่มีบทบาทในการรักษาผู้ป่วยในโรงพยาบาลหรือคลินิกต่างๆ เปลี่ยนมาเป็นการรับรู้ในแง่มุมใหม่ที่ว่า นักกายภาพบำบัดทำอะไรได้มากกว่านั้น นั่นคือ การทำงานเชิงรุกสู่ชุมชน

บทความนี้ถูกเรียบเรียงขึ้นบนพื้นฐานของประสบการณ์ในการทำงานบริการสุขภาพปฐมภูมิร่วมกับชุมชนของผู้เขียน เพื่อเผยแพร่ให้สาธารณชนได้รับทราบถึงบทบาทของนักกายภาพบำบัดในงานบริการสุขภาพปฐมภูมิ โดยคาดหวังให้ข้อมูลนี้ก่อประโยชน์ให้แก่บุคลากรในแวดวงสาธารณสุขและผู้เกี่ยวข้องทุกฝ่ายที่จะนำไปใช้ในการพัฒนาระบบบริการสุขภาพปฐมภูมิให้มีคุณภาพและประสิทธิภาพยิ่งขึ้น เพื่อประโยชน์แก่พลเมืองไทยต่อไป

นักกายภาพบำบัดคือใคร และมีบทบาทหน้าที่อะไร

ตามพระราชบัญญัติวิชาชีพกายภาพบำบัด พ.ศ.2547 วิชาชีพกายภาพ บำบัด หมายถึง “วิชาชีพที่กระทำต่อมนุษย์เกี่ยวกับการตรวจประเมิน การวินิจฉัย และการบำบัดความบกพร่องของร่างกายซึ่งเกิดเนื่องจากภาวะของโรคหรือการเคลื่อนไหวที่ไม่ปกติ การป้องกัน การแก้ไขและการฟื้นฟูความเสื่อมสภาพความพิการของร่างกาย รวมทั้งการส่งเสริมสุขภาพร่างกายและจิตใจ .....”

จากความหมายดังกล่าวข้างต้น จะเห็นได้ว่านักกายภาพบำบัดมีบทบาททั้งในด้านการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค การบำบัดรักษา และการฟื้นฟูสมรรถภาพ เช่นเดียวกับบุคลากรทางการแพทย์สาขาวิชาชีพอื่น โดยในด้านการส่งเสริมสุขภาพ นักกายภาพบำบัดมีบทบาทในการให้ข้อมูลและความรู้แก่สังคมเกี่ยวกับการดำรงชีวิตอยู่อย่างมีสุขภาพดี ตัวอย่างกิจกรรมของนักกายภาพบำบัดในบทบาทนี้ เช่น การสำรวจหาแนวโน้มปัญหาสุขภาพที่อาจเกิดขึ้นในชุมชน การประเมินความเสี่ยงของการเกิดปัญหาที่มีสาเหตุ

จากการบาดเจ็บหรือโรคที่เกิดจากการเคลื่อนไหวที่ไม่เหมาะสม การเผยแพร่ความรู้ทั้งทางตรงแก่ประชาชนทั่วไป และทางอ้อมโดยผ่านการอบรมแก่บุคลากรอื่นๆ หรือถ่ายทอดผ่านทางสื่อสารมวลชนต่างๆ เป็นต้น

ในด้านการป้องกันโรค นักกายภาพบำบัดสามารถช่วยลดผลสืบเนื่องของโรค หรือการเกิดภาวะแทรกซ้อนของโรค โดยการให้การวินิจฉัย การรักษา และการแนะนำความรู้แก่ผู้ที่มีความเจ็บป่วยตั้งแต่ตอนต้นอย่างรวดเร็ว รวมทั้งให้คำแนะนำเกี่ยวกับวิธีการป้องกันโรคหรือความเจ็บป่วยแก่ผู้ที่มีภาวะเสี่ยง เช่น การให้ความรู้ในการป้องกันอาการปวด การบาดเจ็บของกล้ามเนื้อ การแก้ไขเบื้องต้นต่ออาการปวดที่เกิดขึ้นแก่ผู้ที่ต้องทำงานในท่าทางหนึ่งๆ เป็นระยะเวลาติดต่อกัน การให้ความรู้ในการป้องกันการบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา เป็นต้น

ส่วนในด้านการบำบัดรักษา ซึ่งถือเป็นบทบาทหลักของนักกายภาพบำบัด จะเกี่ยวข้องกับผู้ป่วยที่มีปัญหาของระบบต่างๆ ในร่างกาย เช่น ระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ ระบบประสาท ระบบหัวใจและหลอดเลือด ระบบหายใจ เป็นต้น โดยจะใช้วิธีการทางกายภาพบำบัดต่างๆ ทั้งวิธีการอย่างง่ายๆ และเทคนิคเฉพาะที่ต้องอาศัยการฝึกฝน และอาจใช้เครื่องมือราคาถูกไปจนถึงเครื่องมือที่ต้องอาศัยเทคโนโลยีขั้นสูง

สำหรับในด้านการฟื้นฟูสมรรถภาพทั้งของร่างกายและจิตใจแก่ผู้ป่วย มักจะเป็นการปฏิบัติงานร่วมกับสหสาขาวิชาชีพอื่น เช่น แพทย์ พยาบาล นักสังคมสงเคราะห์ เป็นต้น เพื่อให้ผู้ป่วยสามารถดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้ด้วยตนเอง สามารถช่วยเหลือตัวเองได้มากที่สุด เป็นภาระหรือพึ่งพิงผู้อื่นน้อยที่สุด

นอกจากนี้ บทบาทของนักกายภาพบำบัดมิได้จำกัดด้วยอายุหรือเพศของผู้รับบริการ แต่สามารถให้บริการสุขภาพแก่บุคคลทุกเพศทุกวัย ตั้งแต่เด็กที่อยู่ในครรภ์มารดาจนกระทั่งถึงวัยชรา โดยจะมีการปรับเปลี่ยนการให้บริการให้เหมาะสมสอดคล้องกับผู้รับบริการมากที่สุด

นักกายภาพบำบัดทำงานที่ไหนบ้าง

แม้นักกายภาพบำบัดจะเป็นบุคลากรทางการแพทย์สาขาหนึ่ง แต่มิได้ปฏิบัติงานเพียงแต่ในโรงพยาบาลหรือคลินิกเท่านั้น ในความเป็นจริงนักกายภาพบำบัดสามารถปฏิบัติงานได้ในหลากหลายแหล่งงานตามลักษณะของบทบาทหน้าที่ กล่าวคือ

- บทบาทด้านการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคแก่ประชาชน มักพบในนักกายภาพบำบัดที่ปฏิบัติงานอยู่ที่ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพต่างๆ ศูนย์บริการผู้สูงอายุและศูนย์พัฒนาเด็กเล็กที่ตั้งอยู่ในชุมชนทั้งในเขตเมืองและชนบท โรงงานอุตสาหกรรม รวมทั้งในนักกายภาพบำบัดที่ปฏิบัติงานเชิงรุกร่วมกับสถานพยาบาลระดับปฐมภูมิในชุมชนต่างๆ เช่น ศูนย์แพทย์ชุมชน หน่วยบริการปฐมภูมิ สถานีอนามัย ศูนย์บริการสาธารณสุขของกรุงเทพมหานคร เป็นต้น
- บทบาทด้านการบำบัดรักษาและการฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ป่วย มักพบในนักกายภาพบำบัดที่ปฏิบัติงานอยู่ที่สถานพยาบาลระดับตติยภูมิหรือระดับทุติยภูมิ (เช่น โรงพยาบาลมหาวิทยาลัย โรงพยาบาลศูนย์ โรงพยาบาลทั่วไป โรงพยาบาลชุมชนขนาด 90 เตียงขึ้นไป เป็นต้น) คลินิกเอกชน สถานบริการเฉพาะทาง (เช่น ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการ บ้านพักคนชรา เป็นต้น) รวมทั้งการดูแลที่บ้านแก่ผู้ป่วยรายคนในชุมชน (home visits/home health care)

อย่างไรก็ตาม ในการปฏิบัติงานจริงนักกายภาพบำบัดมักจะไม่จำกัดตนเองอยู่เพียงบทบาทใดบทบาทหนึ่ง แต่มักจะต้องทำพร้อมกันไปทั้ง 4 บทบาท เพียงแต่มากน้อยต่างกันออกไปตามเงื่อนไขการทำงานของแต่ละคน

ทำไมนักกายภาพบำบัดจึงสำคัญต่องานบริการสุขภาพปฐมภูมิ

จากที่กล่าวมาทั้งหมดนี้ อาจเห็นได้ว่ากายภาพบำบัดเป็นวิชาชีพที่มีคุณประโยชน์ และสามารถให้บริการแก่ประชาชนได้อย่างกว้างขวาง ทั้งผู้ที่มีสุขภาพดีและผู้ที่มีภาวะโรคต่างๆ และสามารถให้บริการทั้งในเชิงรุกและเชิงรับ แต่ในอดีตที่ผ่านมา บทบาทของนักกายภาพบำบัดมักเป็นที่รับรู้แก่สาธารณชนในลักษณะการเป็นผู้ให้บริการด้านการบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพผู้ป่วยอยู่ในโรงพยาบาลหรือคลินิกต่างๆ ส่วนบทบาทด้านการส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรคในลักษณะงานเชิงรุกสู่ชุมชนไม่เป็นที่ปรากฏเด่นชัดมากนัก ทั้งๆ ที่เป็นเรื่องที่สำคัญสำหรับประชาชน สาเหตุอาจเนื่องจากนโยบายการสาธารณสุขของประเทศในอดีตเป็นเช่นนั้น รวมทั้งจำนวนนักกายภาพบำบัดยังมีไม่มากพอที่จะสามารถให้บริการแก่ประชาชนได้อย่างทั่วถึงและครบถ้วนทุกมิติได้

ปัจจุบันนโยบายการสาธารณสุขของประเทศได้เปลี่ยนแปลงไป เป็นการให้ความสำคัญกับการมองสุขภาพอย่างเป็นองค์รวมทั้งทางด้านกาย ใจ สังคม และปัญญา เน้นให้ประชาชนรู้จักดูแลสุขภาพด้วยตนเองและดูแลกันเอง เน้น “การสร้างสุขภาพมากกว่าการซ่อมสุขภาพ” เน้นการมีส่วนร่วมของประชาชนในการสร้าง “ชุมชนสุขภาพ” ในชุมชนของตน และเน้นการบริการในระดับปฐมภูมิในลักษณะการบริการที่ “ใกล้บ้านใกล้ใจ” และมีผู้รับบริการและชุมชนร่วมเป็นเจ้าของ

นอกจากนี้ เป็นที่ทราบกันดีว่าในปัจจุบันโครงสร้างประชากรของประเทศไทยได้เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม โดยมีจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นมากถึงราวร้อยละ 10 ของประชากรทั้งประเทศ อีกทั้งยังมีจำนวนคนพิการ อัมพาต และผู้ป่วยโรคเรื้อรังต่างๆ เพิ่มขึ้น ได้แก่ ผู้ป่วยโรคความดันโลหิตสูง เบาหวาน และผู้ที่มีอาการปวดตามส่วนต่างๆ ของร่างกาย ซึ่งกลุ่มคนเหล่านี้โดยส่วนใหญ่จะพักอาศัยอยู่ที่บ้านในชุมชนของตน และนักกายภาพบำบัดสามารถมีบทบาททั้งในด้านการส่งเสริมสุขภาพ การป้องกันโรค การบำบัดรักษา และการฟื้นฟูสมรรถภาพ เพื่อให้คุณภาพชีวิตของบุคคลเหล่านี้ดียิ่งขึ้นได้

การเปลี่ยนแปลงของนโยบายการสาธารณสุขของประเทศและการเพิ่มขึ้นของจำนวนผู้รับบริการที่ควรได้รับการบริการทางกายภาพบำบัดดังกล่าวนี้ เป็นปัจจัยเกื้อหนุนให้บทบาทของนักกายภาพบำบัดในการให้บริการสุขภาพแก่ประชาชนในระดับปฐมภูมิมีความสำคัญและเด่นชัดมากยิ่งขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการดูแลคนพิการและผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นกลุ่มคนที่มีความไม่สะดวกเป็นอย่างมากในการเดินทางมารับบริการที่โรงพยาบาล และไม่ค่อยได้รับความสำคัญอีกด้วย ดังที่นายแพทย์เกรียงศักดิ์ วัชระนุกูลเกียรติ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลภูกระดึง จังหวัดเลย ได้แสดงความเห็นไว้ว่า โรงพยาบาลชุมชนส่วนใหญ่ยังให้ความสำคัญกับกลุ่มคนพิการและผู้สูงอายุไม่มากนัก เนื่องจากโรงพยาบาลมักจะไม่ถูกวิพากษ์วิจารณ์หากไม่ได้ไปดูแลคนพิการและผู้สูงอายุในพื้นที่ แต่จะถูกตำหนิหากไม่ให้บริการอย่างดีแก่ผู้ป่วยที่มารับบริการที่โรงพยาบาล งบประมาณและกำลังคนส่วนใหญ่ของโรงพยาบาลจึงมักจะถูกจัดสรรไปในด้านการให้บริการเชิงรับที่โรงพยาบาลมากกว่าการบริการเชิงรุกในระดับปฐมภูมิ อย่างไรก็ตาม อาจจะมีบางคนมีความเห็นว่า แม้ไม่มีนักกายภาพบำบัดลงไปให้บริการในพื้นที่ บุคลากรสาธารณสุขสาขาอื่นที่มีอยู่ก็ให้บริการสุขภาพแก่ผู้รับบริการกลุ่มนี้อยู่แล้ว แต่จากการศึกษาวิจัยของผู้เขียนพบว่า มีบุคลากรสาธารณสุขในพื้นที่บางรายที่ต้องการให้มีนักกายภาพบำบัดในงานบริการสุขภาพปฐมภูมิ เพื่อดูแลผู้ป่วยที่มีอาการหรือภาวะแทรกซ้อนที่ต้องการการจัดการด้วยวิธีการเฉพาะ ซึ่งเกินความสามารถของพยาบาลหรือเจ้าหน้าที่สถานีอนามัย

ภารกิจของนักกายภาพบำบัดในงานบริการสุขภาพปฐมภูมิ

ในความเห็นของผู้เขียน จากความรู้ตามมาตรฐานวิชาชีพกายภาพบำบัด นักกายภาพบำบัดสามารถมีบทบาทในงานบริการสุขภาพปฐมภูมิได้หลายประการดังตัวอย่างต่อไปนี้

1. การให้บริการแก่ผู้สูงอายุ โดยการตรวจประเมินความเสื่อมสภาพของร่างกาย แนะนำการออกกำลังกาย เพื่อเสริมสร้างความแข็งแรงเฉพาะส่วนให้เกิดความสมดุลโดยรวมในการทรงท่า การสร้างสมรรถนะของหัวใจและปอด การปฏิบัติตัวที่เหมาะสมกับอายุ และสภาพแวดล้อม การป้องกันสิ่งที่อาจเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ เช่น การหกล้ม การป่วยเป็นโรคเรื้อรังต่างๆ ภาวะซึมเศร้า เป็นต้น

2. การสร้างเสริมคุณภาพชีวิตคนพิการในชุมชน นับตั้งแต่การสำรวจ ค้นหา ขึ้นทะเบียน และให้การรักษาฟื้นฟูแก่คนพิการ รวมทั้งการให้ความรู้แก่ครอบครัวคนพิการ อาสาสมัครสาธารณสุข (อสม.) และบุคลากรสาธารณสุขอื่นๆ ในการฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการ ทั้งในด้านกาย ใจ สังคม อาชีพ และการศึกษา อีกทั้งยังสามารถมีบทบาทในการกระตุ้นให้เกิดการรวมกลุ่มของคนพิการ และการดำเนินงานฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการโดยชุมชนอีกด้วย

3. การสร้างเสริมคุณภาพชีวิตแก่กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรังต่างๆ เช่น โรคหัวใจ เบาหวาน ความดันโลหิตสูง ปอดอุดกั้นเรื้อรัง อาการปวดตามส่วนต่างๆ ของร่างกาย เป็นต้น เพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อนและลดความรุนแรงของโรค

4. การให้บริการอนามัยแม่และเด็ก โดยการแนะนำมารดาที่กำลังตั้งครรภ์ในการฝึกหายใจและออกกำลังกายเพื่อให้การคลอดด้วยวิธีธรรมชาติทำได้ง่ายขึ้น และให้คำแนะนำการออกกำลังกายแก่มารดาหลังคลอดเพื่อให้สภาพร่างกายกลับสู่ภาวะปกติได้โดยเร็ว รวมทั้งการตรวจประเมินพัฒนาการเด็กเป็นระยะๆ และแนะนำการฝึกกระตุ้นพัฒนาการเด็กแก่มารดาและผู้ดูแลเด็ก

5. การปฏิบัติงานร่วมกับโรงเรียนในชุมชน และโรงเรียนการศึกษาพิเศษ ในการแนะนำการออกกำลังกายแก่เด็กนักเรียน ป้องกัน แก้ไขความบกพร่องของสภาพร่างกาย เสริมสร้างพัฒนาการเพื่อให้ร่างกายแข็งแรง ป้องกันภาวะอ้วน และควบคุมรูปร่างท่าทางของร่างกายให้เหมาะสม ซึ่งเป็นการป้องกันการเกิดความผิดปกติของระบบกระดูกและกล้ามเนื้อในอนาคต

6. การพัฒนาศักยภาพ อสม. และบุคลากรสาธารณสุขอื่นๆ โดยการอบรมความรู้และวิธีการปฏิบัติที่เกี่ยวกับการดูแลเบื้องต้นทางกายภาพบำบัด

7. การประสานความร่วมมือกับหน่วยงานราชการ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และภาคเอกชนในชุมชน เพื่อกระตุ้นให้ประชาชนเกิดการรวมกลุ่มในการดูแลสุขภาพโดยชุมชนกันเอง สร้าง “ชุมชนสุขภาพ” ให้เกิดขึ้นจริงในพื้นที่ของตน

8. การผสมผสานหลักวิชาการทางกายภาพบำบัดกับศาสตร์ความรู้พื้นบ้านเพื่อพัฒนาให้ภูมิปัญญาท้องถิ่นของไทยมีประสิทธิภาพ ปลอดภัย และมีความน่าเชื่อถือยิ่งขึ้น

สรุป

นักกายภาพบำบัดมีบทบาทหลายประการในงานบริการสุขภาพปฐมภูมิ โดยในการทำงานเพื่อให้เกิดผลดีแก่ประชาชน นักกายภาพบำบัดควรจะร่วมมือกับทุกภาคส่วนที่มีบทบาทในงานบริการสุขภาพปฐมภูมินั้น รวมทั้งควรได้รับการสนับสนุนอย่างจริงจังทั้งทางด้านนโยบายและงบประมาณจากรัฐบาลอีกด้วย ■

เอกสารอ้างอิง

กองบรรณาธิการจุลสารผีเสื้อขยับปีก. นักกายภาพบำบัด วิชาชีพชายขอบของระบบสุขภาพไทย. ผีเสื้อขยับปีก 2551; 1(5): 11-19.

น้อมจิตต์ นวลเนตร์, ยุทธศิลป์ ป้านภูมิ, ปนัดดา ปูนอน, จันทแรม ภาโนมัย, อนุชา นิลประพันธ์. การฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการโดยชุมชน: กรณีศึกษาที่อำเภอศรีบุญเรือง จังหวัดหนองบัวลำภู. วารสารเทคนิคการแพทย์และกายภาพบำบัด 2546; 15(1): 44-51.

น้อมจิตต์ นวลเนตร์, อนุชา นิลประพันธ์, ลักขณา มาทอ. รายงานการวิจัยเรื่อง การฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการโดยชุมชนในชนบทจังหวัดขอนแก่น: กรณีศึกษาตำบลน้ำพอง อำเภอน้ำพอง. ขอนแก่น: สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2549.

ปิยะนุช สวนสิน. ลักษณะการบริการทางกายภาพบำบัดที่พึงประสงค์ของชุมชน: กรณีศึกษาตำบลเต่าเล่า อำเภอบางซ้าย จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. [วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชากายภาพบำบัด]. ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2551.

พระราชบัญญัติวิชาชีพกายภาพบำบัด พ.ศ.2547. [serial online] ค้นเมื่อ 15 กรกฎาคม 2551, จาก http://www.pt.or.th/poror.html

เพ็ญพิมล ธัมมรัคคิต. บทบาทของนักกายภาพ บำบัดในการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค. วารสารเทคนิคการแพทย์และกายภาพบำบัด 2537; 6(1): 14-25.

สมใจ ลือวิเศษไพบูลย์. กายภาพบำบัดชุมชน. วารสารกายภาพบำบัด 2548; 27(3): 1-2.

Bureau of Policy and Strategy, Ministry of Public Health. Thailand health profile 2005-2007. Bangkok: The War Veterans Organization of Thailand, 2007.