



ดูแลด้วยหัวใจ จากไป ด้วยความรัก

*Palliative
Care*

แพทย์หญิงดาริน จตุรภัทรพร

แพทย์ผู้เชี่ยวชาญการดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง

ขอมอบให้ด้วยหัวใจ

แต่.....

ดูแลด้วยหัวใจ จากไปด้วยความรัก

Palliative Care

แพทย์หญิงดาริน จตุรภัทรพร



•PUBLISHING•

 : www.sookpublishing.com  : [SOOKpublishing](https://www.facebook.com/SOOKpublishing)  : [@sookpublishing](https://twitter.com/sookpublishing)  : [SOOKpublishing](https://www.instagram.com/SOOKpublishing)

SOOK Publishing

ศูนย์เรียนรู้สุขภาพ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)
99/8 ซอยงามดูพลี ถนนพระรามสี่ แขวงทุ่งมหาเมฆ เขตสาทร กรุงเทพมหานคร 10120
โทรศัพท์ 0-2343-1500 โทรสาร 0-2343-1501
www.thaihealth.or.th

ISBN 978-616-393-232-7

พิมพ์ครั้งแรก กันยายน 2562

ราคา 170 บาท

สำหรับสถาบันการศึกษา องค์กร หรือบุคคลที่ต้องการสั่งซื้อหนังสือจำนวนมาก
ติดต่อขอรายละเอียดได้ที่ sookpublishing@gmail.com

สงวนสิทธิ์หนังสือเล่มนี้ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ (ฉบับเพิ่มเติม) พ.ศ. 2558

ข้อมูลบรรณานุกรมของสำนักหอสมุดแห่งชาติ

คาริน จตุรภัทรพร.

ดูแลด้วยหัวใจ จากไปด้วยความรัก = Palliative Care.— กรุงเทพฯ : ศูนย์เรียนรู้สุขภาพ
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2562.

136 หน้า.

1. จิตวิทยาการแพทย์. 2. การพยาบาล. 3. ผู้ป่วย—การดูแล. I. ชื่อเรื่อง.

610.7361

ISBN 978-616-393-232-7

ดูแลด้วยหัวใจ จากไปด้วยความรัก

Palliative Care

ผู้เขียน

แพทย์หญิงดาริน จตุรภัทรพร

ผู้เรียบเรียง

ชิตชนก ชูช่วย

จัดพิมพ์และเผยแพร่

SOOK Publishing

ที่ปรึกษาสำนักพิมพ์

เบญจมาภรณ์ ลิ้มปิยะสุริย

หยาดฝน ธีญโชติกานต์

ดำเนินการผลิต

บริษัท บุกแดนซ์ สตูดิโอ จำกัด

โทรศัพท์ 0-2082-7957

bookdancethailand@gmail.com

บรรณาธิการบริหาร

ภาวนา แก้วแสงธรรม

บรรณาธิการ

ศรีสุภา ส่งแสงขจร

ผู้ช่วยบรรณาธิการ

มาลียา สว่างแสง

ภาพปกและภาพประกอบ

Pianissimo Press

บรรณาธิการศิลปกรรม

ชนันท์ญา บุญกัลยา

ศิลปกรรม

สินีนามูญ์ เพิ่มทองคำ

พิสูจน์อักษร

แคตนิป

คอมพิวเตอร์

กระต่ายสามขา

ฝ่ายการตลาด

อังคณา ศุภกิจวณิชโชติ

และประชาสัมพันธ์

พิมพ์

บริษัท มิชชั่น อินเตอร์ พรินท์ จำกัด

โทรศัพท์ 08-1699-9654, 08-2720-7072

จัดจำหน่าย

บริษัท เคล็ดไทย จำกัด

โทรศัพท์ 0-225-9536-9



สารบัญ

คำนิยม	10
คำนำสำนักพิมพ์	16
คำนำผู้เขียน	18
บทที่ 1 Palliative Care ดูอย่างไรเข้าใจ	20
★ ผู้ป่วยที่ต้องการการดูแลแบบ Palliative Care คือใครบ้าง	22
★ กราฟชีวิตของผู้ป่วยแบบประคับประคอง	23
★ Palliative Care ไม่ใช่เรื่องใหม่	27
★ การดูแลผู้ป่วยแบบ Palliative Care แตกต่างจากการดูแลผู้ป่วยทั่วไปอย่างไร	30
★ เมื่อใดควรเริ่มการดูแลแบบ Palliative Care	31
★ กรณีศึกษา : ดูแลครบทุกมิติด้วยการยอมรับและเข้าใจ	32
บทที่ 2 สื่อสารให้เข้าใจ [ถึง] ใจ	36
★ ควรบอกข่าวร้ายแก่ผู้ป่วยดีหรือไม่	37
★ การบอกความจริงมีประโยชน์ทั้งตัวผู้ป่วยและคนดูแล	38
★ กรณีศึกษา : ความจริงที่(อ)ยากจะรู้	40
★ เทคนิคการแจ้งข่าวร้ายกับผู้ป่วย	41
★ เทคนิคการพูดคุยกับญาติที่ไม่ต้องการให้บอกความจริงกับผู้ป่วย	41
★ สื่อสารกับเด็กเรื่อง “ความตาย” ง่ายกว่าที่คิด	42
★ เทคนิคพรสามประการรู้ความต้องการของผู้ป่วย	47
★ กรณีศึกษา : พรสามประการบอกความต้องการที่แท้จริง	49

บทที่ 3 การดูแล...ก่อนจากไป

51

- ★ เมื่อไรที่ควรเริ่มดูแล 52
- การดูแลอาการต่าง ๆ ของผู้ป่วยแบบประคับประคอง 53
 1. การดูแลด้านร่างกาย ช่วยผ่อนคลาย สบายตัว 53
 - อาการปวด 53
 - อาการอ่อนเพลีย 56
 - อาการคลื่นไส้อาเจียน 57
 - อาการซึมเศร้า 57
 - อาการสับสน กระสับกระส่าย 58
 - อาการร่วงซึม 58
 - อาการเบื่ออาหาร 59
 - อาการหอบเหนื่อย หายใจลำบาก 59
 - อาการไม่สบายกายไม่สบายใจ 60
 - อาการอื่นๆ 61
 - ESAS เครื่องมือช่วยประเมินและติดตามอาการทางร่างกายของผู้ป่วยโรคมะเร็ง 64
 2. การดูแลด้านจิตใจ อารมณ์ และจิตวิญญาณ เพื่อก้าวผ่านช่วงเวลาสำคัญ 69
- การดูแลเมื่อผู้ป่วยเข้าสู่ช่วงสุดท้ายของชีวิต 71
 - อาการอ่อนแรงและนอนหลับมากขึ้น 71
 - การกินอาหารและการดื่มน้ำลดลง 72
 - ภาวะกระสับกระส่าย 72
 - อาการหายใจไม่เป็นจังหวะ 72
 - ภาวะเสียงครีคราดจากน้ำลายสอ 73
 - อาการกลืนปัสสาวะไม่ได้ 73
 - การสูญเสียความสามารถในการพูดและการมองเห็น 74
 - มือเท้าเย็น ไม่ตอบสนองต่อสิ่งรอบข้าง 74

บทที่ 4 “ความเข้าใจ” ภาวะหลักสู่การรักษา	76
★ มอร์ฟิน เข้าใจก็ไม่น่ากลัว	78
★ Q&A คำถามที่พบบ่อยในการใช้มอร์ฟิน	79
★ ใส่ท่อให้อาหารดีไหม	84
บทที่ 5 แลดูผู้ดูแล	88
★ ผู้ดูแลต้องเจอกับปัญหาอะไรบ้าง	90
★ บุคคลรอบข้างช่วยเยียวยาผู้ดูแล	92
★ ผู้ดูแลเยียวยาตนเอง	94
★ ผู้ป่วยช่วยเยียวยาผู้ดูแล	98
★ กรณีศึกษา : การดูแลที่ยาวนาน ผ่านการเยียวยาซึ่งกันและกัน	100
บทที่ 6 จากไปอย่างที่ใจต้องการ	102
★ 10 คำถาม ตอบตัวเองให้ได้ก่อนตาย	104
★ พินัยกรรมชีวิต (Living Will)	108
★ วิธีเขียน Living Will	109
★ ตัวอย่าง Living Will บนกระดาษเปล่าของคุณหญิงจันทรี หาญเจนลักษณ์	113
★ ตัวอย่างหนังสือแสดงเจตนา ไม่ประสงค์จะรับบริการสาธารณสุข	117
★ คำแนะนำในการทำหนังสือแสดงเจตนา	122
★ ทำอย่างไรเมื่อต้องการได้รับการดูแล แบบ Palliative Care	124
★ ขั้นตอนการรับบริการ Palliative Care	125
★ ข้อมูลการติดต่อศูนย์ Palliative Care ทั่วประเทศ	126
★ ข้อมูลเครือข่ายองค์กรที่ทำงานด้าน Palliative Care	129
บรรณานุกรม	130
ประวัติผู้เขียน	132

คำนิยม

ชีวิตกับความตายเป็นของคู่ เหมือนสุขกับทุกข์ พบกับพราก
เริ่มแรกก็บอวสาน

Palliative Care เป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ที่เป็นองค์รวมของ
การแพทย์การพยาบาล ความสัมพันธ์ ความรัก ความรู้ความเข้าใจ
ความเมตตาการุณย์ ที่สำคัญไม่น้อยกว่าอื่นใด คือสติและปัญญาที่จะ
ยอมรับความเป็นจริงของ “ของคู่” เหล่านั้น เพื่อที่จะมีความละเอียด
ละมุนและดุจลยาพ ในการที่จะจัดการและดูแลผู้ป่วยและผู้แวดล้อม
ในสถานการณ์และสถานการณ์ที่เลื่อนไหลเปลี่ยนแปลง

ในหนังสือเล่มนี้ คุณหมอดาริน จตุรภัทรพร นำศาสตร์ศิลป์
ของ Palliative Care มาให้ผู้อ่านทั่วไปได้เข้าใจถึงการดูแลผู้ป่วย
แบบประคับประคองอย่างละเอียดและเป็นขั้นตอน แม้กระทั่งสารบัญ
ที่พอเปิดเห็นก็รู้กับใจว่ามีสาระที่จะต้องหาช่วงว่างและมุมสงบที่เอนอ่าน
เพื่อซึมซับสารที่คุณหมอบรรจงสื่อ โดยนำเคสจริงเล่าให้เห็นความรัก
ความรู้สึกรัก และความปรารถนาของผู้ที่ได้มาใช้ชีวิตบนโลกใบนี้เหมือน
ตัวเรา เพื่อนร่วมเกิด เพื่อนร่วมตาย

ขอบคุณคุณหมอดารินที่เขียนหนังสือที่ทำให้เรื่องยากอ่านได้
เข้าใจได้ไม่ยาก เป็นหนังสือที่ทุกบ้านควรมีติดบ้าน และดาวนโหลด
เก็บเอาไว้ ข้าพเจ้าเองวางแผนว่าจะส่งหนังสือเล่มนี้ไปให้เพื่อนฝูง
มิตรสหายแทนการฉลองวันเกิดครบรอบอายุ 80 ปีของข้าพเจ้า
ในปลายปีนี้

หวังว่าคุณหมอดารินจะมีหนังสือเล่มใหม่ตามมาในไม่ช้านะคะ

คุณหญิงจันทรี หาญเจนลักษณ์ (ป้าศรี)

14 สิงหาคม 2562

คำนิยม

จากหนังสือเล่มแรก *สุข รัก เข้าใจ ในช่วงสุดท้ายของชีวิต* ที่คุณหมอดารินหรืออาจารย์เป้เขียนไว้เมื่อ 8 ปีก่อน ดิฉันก็มีความเชื่อว่าจะมีผู้ติดตามมากมายที่อ่านงานเขียนของอาจารย์เป้ และถามหาว่าเมื่อไรจะมีเล่มต่อไป จนเมื่อได้ยินจากปากอาจารย์เป้ว่าจะมีเล่มใหม่ออกมา ก็รู้สึกดีใจแทนหลาย ๆ คนที่จะสมหวังสักทีได้มีหนังสือดี ๆ และอ่านง่ายเกี่ยวกับการดูแลแบบ Palliative Care ออกมาแล้ว

ขอบคุณอาจารย์เป้ที่ให้ดิฉันได้มีโอกาสเขียนคำนิยมนี้ และต้องขอบคุณผู้มีบทบาททั้งเบื้องหน้าเบื้องหลังที่ทำให้อาจารย์เป้มีพลังขับเคลื่อนเขียนหนังสือเล่มนี้ เพราะหลังจากดิฉันได้อ่านต้นฉบับหนังสือเล่มนี้ที่นับเป็นส่วนขยายต่อความพิเศษถึงการเล่าเรื่องที่ไม่เหมือนใครของอาจารย์เป้ แม้ดิฉันจะไม่ได้รู้จักอาจารย์เป้มายาวนาน แต่ก็เริ่มได้ยินชื่อของอาจารย์เป้จากสมาคมผู้ป่วยระยะท้าย (ในขณะนั้นยังเป็นชมรมผู้ป่วยระยะท้าย) ซึ่งดิฉันเป็นกรรมการอยู่ ได้กล่าวชื่นชมอาจารย์เป้ที่ทำหนังสือเกี่ยวกับ Palliative Care ในรูปแบบการ์ตูนน่ารัก ๆ และยังเขียนเพื่อเป็นวิทยาทาน สามารถดาวน์โหลดฟรีได้ทางเว็บไซต์

หลังจากนั้นดิฉันก็ได้รู้จักอาจารย์เป้ เมื่ออาจารย์เป้ได้สมัครเข้ามาช่วยงาน Palliative Care ในโรงพยาบาลซึ่งดิฉันได้ทำงานเพียง

คนเดียวมาตลอดในช่วง 10 ปี หลังจากวันที่ได้รู้จักก็ถึงรู้ว่าอาจารย์เป็ไม่เพียงแต่เสียสละการมีชีวิตแม่บ้านที่อเมริกา ซึ่งได้ย้ายทั้งครอบครัวกลับมาอยู่เมืองไทย แต่ยังได้ทุ่มเทการทำงานบริการที่อาจารย์รักอย่างดีเยี่ยม จึงนับเป็นโชคดียิ่งที่ได้อาจารย์เป็เข้ามาร่วมงานอย่างเต็มตัว เพื่อดูแลผู้ป่วยมะเร็งให้มีคุณภาพชีวิต และที่สำคัญคือมาทำให้ Palliative Care เป็นที่เข้าใจอย่างถูกต้องมากขึ้นในทุกวงการผ่านทางหนังสือเล่มนี้

ตลอดช่วง 8 ปีที่ผ่านมา จากหนังสือเล่มแรกจนถึงเล่มนี้ การดำเนินงานการบริการสาธารณสุขของประเทศไทยส่วนที่เกี่ยวข้องกับ Palliative Care ได้มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมาก เช่น การกำหนดคำนิยามของ Palliative Care โดยให้ใช้คำว่า “การดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง” ไม่ใช่ผู้ป่วยระยะสุดท้ายหรือ End of Life และมีการจัดตั้งหลักสูตรการเรียนการสอนแพทย์เฉพาะทาง Palliative Care ในประเทศไทย นอกเหนือจากหลักสูตรของพยาบาลที่จบกันมาหลายรุ่น

ดิฉันจึงหวังว่าหนังสือเล่มนี้จะเป็นประโยชน์สำหรับผู้สนใจที่จะได้อ่านเรื่องราวที่เข้าใจง่าย เพราะอาจารย์เป็ได้ปรับปรุงจากหนังสือเล่มแรกและยังมีตัวอย่างของผู้ป่วยที่ทำให้ผู้อ่านสามารถทำความเข้าใจในเรื่องนี้ได้เป็นอย่างดี

แพทย์หญิงลักษมี ชาญเวชช์

กรรมการฝ่ายวิชาการของสมาคมบริบาลผู้ป่วยระยะท้าย
เลขาธิการสมาคมการศึกษาเรื่องความปวดแห่งประเทศไทย
และผู้อำนวยการศูนย์ดูแลคุณภาพชีวิตตัวคน
โรงพยาบาลวัฒโนสถ

คำนิยม

ย้อนกลับไปเมื่อปี พ.ศ. 2555 จำได้ว่าวันแรกที่ข้าพเจ้ากลับมาที่โต๊ะทำงานเดิม ภายหลังจากการไปศึกษาต่อด้านการวิจัย Palliative Care ที่สหรัฐอเมริกา ก็พบหนังสืออันแสนสะดุดตาเล่มหนึ่งชื่อ *สุข รัก เข้าใจ ในช่วงสุดท้ายของชีวิต*

เหตุผลสองข้อที่ทำให้สะดุดใจคือ หนึ่ง ผู้เขียนคือ “พีเป้” ผศ. พญ.ดาริน จตุรภัทรพร หนึ่งในแรงบันดาลใจให้ข้าพเจ้าไปศึกษาต่อด้านนี้ และสอง เมื่อพูดถึงการดูแลผู้ป่วยในช่วงสุดท้ายของชีวิต ภาพที่หลายคนคิดถึงคือ มือผู้ดูแลที่จับมือผอมเกร็งของผู้ป่วย หรือภาพใบไม้แห้งกรอบ แต่หนังสือเล่มนั้นแสดง “ความคิดอย่างกล้าหาญ” ตั้งแต่การใช้ภาพการ์ตูนอมยิ้มอย่างสบายใจบนพื้นหลังสีชมพู เนื้อหาภายในมีภาพการ์ตูนสร้างอารมณ์ขัน สะท้อนถึงทัศนคติต่อการดูแล Palliative Care ว่าเป็นเรื่อง que ทุกคนพึงเข้าถึง ข้าพเจ้าจำได้ว่าใช้เวลาอ่านหนังสือเล่มนั้นจบอย่างเพลิดเพลินภายในชั่วโมงเดียว และทราบว่าหนังสือ *สุข รัก เข้าใจ ในช่วงสุดท้ายของชีวิต* ได้รับความนิยมนอย่างมาก มีการตีพิมพ์เพิ่มอีกหลายครั้ง นับว่าเป็นส่วนสำคัญในการสร้างแรงกระเพื่อมความเข้าใจ Palliative Care ในสังคมไทย

เมื่อหนังสือเล่มนั้นได้นำมาปรับปรุงและเพิ่มเติมเนื้อหาที่ตกผลึกจากการดูแลผู้ป่วย Palliative Care ทั้งชาวไทยและชาวต่างประเทศของ “พีเป้” เป็นหนังสือ *ดูแลด้วยหัวใจ จากไปด้วยความรัก Palliative Care* เล่มที่อยู่ในมือท่านผู้อ่านนี้ ข้าพเจ้าจึงมีความมั่นใจว่าจะประโยชน์กับผู้อ่านทุกระดับ สำหรับท่านที่ทำงานเกี่ยวกับ Palliative Care อยู่แล้ว ก็มีเทคนิคที่มีคุณค่าให้เรียนรู้เช่นกัน สำหรับท่านที่ไม่เคยทราบเกี่ยวกับ Palliative Care หนังสือเล่มนี้เหมาะจะเป็น “เล่มแรก” ที่ช่วยให้ท่านวางแผนชีวิตตนเองให้ “อยู่อย่างมีความหมาย... จากไปอย่างมีความสุข”

รองศาสตราจารย์ แพทย์หญิงปัทมา โกมุทบุตร

รองศาสตราจารย์ประจำภาควิชาเวชศาสตร์ครอบครัว

คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ประสาทแพทย์ ประจำศูนย์ความเป็นเลิศทางการแพทย์

โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่

คำนำสำนักพิมพ์

แม้ “ความตาย” จะเป็นเรื่องธรรมชาติของทุกชีวิต แต่คนในยุคปัจจุบันกลับเผชิญหน้ากับความตายได้อย่างยากลำบากมากขึ้น ส่วนหนึ่งเกิดจากวิทยาการทางการแพทย์ที่มีความก้าวหน้า โรคบางโรคสามารถป้องกันได้ โรคบางโรคจากที่ไม่มีทางรักษาก็มีแนวทางการรักษาให้ผู้ป่วยอยู่ได้นานมากขึ้น สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นเรื่องที่ดี แต่ในทางกลับกัน สังคมเริ่มมีความคาดหวังกับการแพทย์มากขึ้น จนบางครั้งก็มองว่าความตายเป็นเรื่องผิดปกติ และพยายามยืดชีวิตของผู้ป่วยเอาไว้ให้นานที่สุด

หลายครั้งที่การยืดชีวิตผู้ป่วยโดยใช้เทคโนโลยีและเทคนิคการรักษาต่าง ๆ ไม่อาจช่วยให้ผู้ป่วยมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ซ้ำยังเป็นการเพิ่มความทรมานแก่ผู้ป่วยในเวลาที่เหลืออยู่ เนื่องจากไม่ว่าจะใช้วิธีใดอาการของผู้ป่วยโรคร้ายแรงจะมีอาการของโรคทรุดลง ไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ แต่หากยังฝืนรักษา วาระสุดท้ายของชีวิตผู้ป่วยก็อาจเต็มไปด้วยความเจ็บปวดและทรมานทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ก่อเกิดปัญหาที่ซับซ้อนทั้งจากผู้ป่วย ผู้ดูแล และครอบครัว

หนังสือเล่มนี้นำเสนอเนื้อหาบางส่วนจากหนังสือ *สุข รัก เข้าใจ ในช่วงสุดท้ายของชีวิต* ของแพทย์หญิงดาริน จตุรภัทรพร มาร้อยเรียงใหม่ผ่านกรณีศึกษา เพื่อนำเสนอการดูแลผู้ป่วยแบบ Palliative Care ซึ่งเป็นการดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคอง โดยเป็นการดูแลที่ไม่ได้มุ่งให้ผู้ป่วยหายจากโรค แต่เป็นการดูแลเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยและครอบครัว ที่มีปัญหาเกี่ยวกับความเจ็บป่วยที่คุกคามชีวิต รวมถึงการป้องกันและบรรเทาความทุกข์ทรมานแบบองค์รวม ครอบคลุมมิติกาย ใจ สังคม และจิตวิญญาณของทั้งผู้ป่วย ครอบครัว และผู้ดูแล โดยอยู่บนเป้าหมายหลักคือการเพิ่มคุณภาพชีวิตของทั้งผู้ป่วยและครอบครัว ช่วยให้ผู้ป่วยได้เสียชีวิตอย่างสงบ สมศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ ตลอดจนการดูแลครอบครัวและญาติภายหลังการจากไปของผู้ป่วย

เราหวังเป็นอย่างยิ่งว่าหนังสือเล่มนี้จะช่วยให้ผู้อ่านได้บังเกิดมุมมองใหม่ในการดูแลผู้ป่วยแบบประคับประคองด้วยความรักและความเข้าใจที่ถูกต้อง รวมทั้งเตรียมใจเพื่อให้พร้อมรับวาระสุดท้ายของตนเองด้วยความเข้าใจเช่นกัน

SOOK Publishing

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

คำนำผู้เขียน

หนังสือเล่มนี้เกิดขึ้นได้เพราะหนังสือเล่มแรกชื่อ *สุข รัก เข้าใจ ในช่วงสุดท้ายของชีวิต* ที่หมอเขียนไว้เมื่อ 8 ปีก่อนค่ะ

หลาย ๆ ครั้งที่คนไข้ต้องเผชิญกับความหนักหน่วงของโรคร้าย ไข้เจ็บ และครอบครัวต้องเผชิญกับความเครียดในการดูแลผู้ป่วยที่มีอาการหนักและทุกข์ทรมาน ในระยะเวลาเหล่านั้นการรับฟังข้อมูลทางการแพทย์ต่าง ๆ มากมายก็กลายเป็นเรื่องที่ยากได้ หมอคิดว่าหนังสือเป็นวิธีการให้ข้อมูลแบบไม่เร่งรัดเกินไป ทั้งคนไข้และครอบครัวสามารถมาอ่านข้อมูลเพิ่มเติมเมื่อพร้อมได้ และยังสามารถค่อย ๆ ดูข้อมูลตามเรื่องที่เป็นปัญหาเด่น ๆ ในขณะนั้นได้ด้วย ในหลาย ๆ ครั้งหนังสือก็ช่วยเป็นสื่อความเข้าใจให้กับสมาชิกในครอบครัวที่อาจจะยังไม่เข้าใจแนวทางการดูแลแบบ Palliative Care ในตอนแรก ให้เข้าใจมากขึ้นแบบค่อยเป็นค่อยไป

หนังสือเล่มแรกเล่มนี้นำพาหมอมาพบกัลยาณมิตรมากมาย ที่ช่วยร่วมทำบุญพิมพ์หนังสืออย่างต่อเนื่องจนกระทั่งหนังสือเดินทางมาถึงการพิมพ์ครั้งที่ 11 ทั้งนี้ขอขอบคุณ คุณกฤษณา กิตติชัย ที่คอยประสานช่วยเหลือเรื่องการพิมพ์หนังสือ *สุข รัก เข้าใจ ในช่วงสุดท้ายของชีวิต* โดยเงินบริจาคของคนไข้และครอบครัวเพื่อเข้ากองทุนในชื่อเดียวกัน และหนังสือเล่มแรกนี้ยังเป็นที่มาของการได้มาทำ

หนังสือ *ดูแลด้วยหัวใจ จากไปด้วยความรัก Palliative Care* เล่มนี้ เมื่อผู้อ่านท่านหนึ่ง คือคุณฝน-หยาดฝน ธัญโชติกานต์ ซึ่งทำงานอยู่ที่ สสส. เป็นผู้ดูแลคุณแม่ที่ไม่สบาย และหมอบอกได้มีโอกาสดูแลคุณแม่ของคุณฝนแบบ Palliative Care ในช่วงเวลาหนึ่ง

หนังสือเล่มนี้จึงเกิดขึ้นด้วยการช่วยเชื่อมของคุณฝนผ่าน สสส. จนหมอบอกได้มาเจอกับน้องตาล-ชิตชนก ชูช่วย และคุณเมย์-ศรีสุภา ส่งแสงขจร นักเขียนและบรรณาธิการผู้น่ารัก และเราทั้งสามคนได้ช่วยกัน “ทำงานด้วยหัวใจ เขียนไปด้วยความรัก” จนหนังสือเล่มนี้สำเร็จเป็นรูปเป็นร่าง

หมอบอกว่าข้อมูลการดูแลผู้ป่วยแบบ Palliative Care ในหนังสือเล่มนี้ซึ่งมีข้อมูลละเอียดขึ้นกว่าเดิม จะช่วยเป็นอีกหนึ่งเข็มทิศในการช่วยนำทางให้กับคนไข้ให้ไปถึงจุดหมายที่แต่ละคนต้องการมากที่สุด และทำให้สมาชิกในครอบครัวรู้สึกว่าได้ทำสิ่งที่ดีที่สุดให้กับคนไข้ในทุก ๆ วันเพื่อที่จะสามารถ...

“มองย้อนไปในอดีตอย่างภูมิใจ
อยู่กับปัจจุบันอย่างพอใจ
และมองไปในอนาคตอย่างมีพลังใจ”

ขออนุโมทนาทุก ๆ ท่านสำหรับความช่วยเหลือและพลังใจจากครอบครัวของหมอบอกที่ทำให้เกิดหนังสือเล่มนี้ขึ้นค่ะ

แพทย์หญิงดาริน จตุรภัทรพร