

## ชื่อผลงาน / เรื่องเล่า : ในวันที่ฉันต้องเปลี่ยน...

- 1. ที่มาของปัญหา :** ด้วยสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 เราในฐานะบุคลากรทางการแพทย์ต้องรับมือกับสถานการณ์ที่เกิดตามภาระหน้าที่อย่างมีอาจหลีกเลี่ยง สิ่งเกิดขึ้นในใจคือ ความกลัวที่จะติดเชื้อจากการปฏิบัติงาน ความกังวล ความห่วงใยในครอบครัว ความคิดที่เกิดจากความกลัว ได้ผลักดันให้เราแสดงพฤติกรรมหลายๆอย่างเพื่อที่จะให้เราไม่ไปอยู่ในสถานการณ์เสี่ยง เหตุผลร้อยแปดที่นำมาใช้ในการที่จะให้เราอยู่ไกลออกไปจากความเสี่ยง
- 2. เป้าหมาย :** ทำงานอย่างมีความสุข ในทุกสถานการณ์
- 3. เรื่องเล่า :** ณ.วันหนึ่งในการประชุมคณะกรรมการ NSO หัวหน้ากลุ่มการแจ้งว่า “วันนี้เราต้องมาเรียงลำดับ ว่าใครจะได้ไปช่วยรพ.สนามก่อนหลัง” ระยะเวลาที่มีการเรียงลำดับซึ่งตามการบรรจุของน้องๆ และตามอายุพยาบาล “อืมเราอายุมากอยู่ท้ายๆสบายๆ” แต่ก็ไม่วายบอกว่า “มีโรคประจำตัวนะ” ระเบิดออกไปอีก

ต่อมาวันหนึ่ง ขณะนั่ง Draw วัคซีนโควิด ก็มีสารแจ้งมาว่า หัวหน้าเรียกมาช่วยกันจัดเวร Cohort Ward จะมีคนไข้มา Admit วันพรุ่งนี้แล้ว “กะ” นี้คือคำถามกึ่งคำถามที่ออกมา ในใจคิดว่าอืมคงถึงเวลาแล้ว เมื่อเหตุเกิดที่หน้า ก็ไม่มีเหตุผลใดที่จะเดินหนี ในใจคิดไปถึงที่อาจารย์ท่านหนึ่งที่เคยสอนไว้ว่า คนเรามีสองหน้าที่ต้องทำ คือ ทำตามหน้าที่และทำที่เกิดที่ตรงหน้า แล้วสถานการณ์ตอนนี้มันเป็นทั้งหน้าที่และเหตุเกิดที่ตรงหน้าเราแล้ว “ลุยกะเนาะ” เมื่อหัวหน้ามาเข้าโหมดการประชุมย่อย หัวหน้าได้ชี้แจงถึงสถานการณ์วิกฤติเตียงผู้ป่วยโควิดตามที่เราทราบจากสื่อมาบ้างแล้ว บอกเล่าถึงโครงการเจียงฮายปักบ้านเฮา การจัดเวรที่เกิดขึ้นจากการยอมรับในสถานการณ์ตรงหน้า จึงไม่ทำให้เรากระทบกระเทือนใจแต่อย่างใด กลับบ้านไปด้วยใจที่หนักหน่วง จัดเสื้อผ้าใส่กระเป๋า คิดในใจว่า “ในวันนี้ฉันต้องเปลี่ยน เปลี่ยนจากความกลัว เป็นความกล้า” พร้อมกับแจ้งข่าวกับครอบครัวว่า จะไปเป็นนักรบแนวหน้าละนะ สิ่งที่ได้กลับมาคือ ความห่วงใยจากครอบครัว ที่ทำให้เราปลื้มตั้งแต่ยังไม่ได้ออกรบ และได้ให้ความมั่นใจกับครอบครัวว่าเราจะดูแลตัวเองอย่างดี สิ่งหนึ่งที่ทำให้เราเต็มใจกับภารกิจนี้คือ ลูกสาวที่ทำงานที่ กทม. รวมถึงญาติพี่น้องคนอื่นที่ยังใช้ชีวิตที่ กทม. จึงคิดว่าโครงการนี้ดีนะ ไม่รู้ว่าวันหนึ่งเราต้องพึ่งโครงการนี้หรือเปล่า (ซึ่งเป็นสิ่งที่เราไม่อยากให้เกิดขึ้นเลย) มีเส้นทางดีกว่าไม่มี เราจึงต้องร่วมสร้างทางเส้นนี้

และแล้ววันที่ลงสนามอย่างแท้จริงก็มาถึง มาด้วยความพร้อมเป็นอนุบาลน้อยให้ ICฝึกปรี้อ “วันนี้ที่จะเข้าเคสนะ น้อยเป็นSafetyให้พี่นะพี่จะได้ทำเป็น” ด้วยความตั้งใจฝึกฝนละเอียดเชื่อง IC อย่างเคร่งครัด ใส่ PPE ไป 4 รอบ หมดเครื่องในไป 5 ชุด ซ/บ/ด กลับไปด้วยประสบการณ์มากมาย พร้อมกับความคิดที่ว่า วันนี้ฉันก็เปลี่ยน “เปลี่ยนจากความเหนื่อยล้า เป็นความอดทน เพราะคนไข้เกิดวิกฤติขาดที่รักษา ต้องนำมาสู่ บ้านเกิด เราต้องเปิด Cohort Ward ให้เขารอดจากโควิด”

#### 4. กิจกรรมการแก้ปัญหา / พัฒนา :

1. พัฒนาวิธีคิดในการทำงาน ที่จะทำให้เรามีความสุข
2. พัฒนาสมรรถนะการทำงาน การดูแลผู้ป่วยโควิด/ IC/ MRA/ การทำงานเป็นทีม

#### 5. การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น :

- ทำงานอย่างมีความสุข
- มีโอกาสได้ทำงานกับน้องๆ มีเพื่อนร่วมทุกข์ร่วมสุขมากขึ้น

#### 6. บทเรียนที่ได้รับ :

- การเปลี่ยนแปลงเป็นธรรมดาของโลก เราแค่ทำเรื่องธรรมดาไม่ได้ยิ่งใหญ่ แค่เปลี่ยนความคิดชีวิตก็มีความสุข
- Safety ไม่ได้ดูแลแค่ความปลอดภัยแต่คือ ครูคนหนึ่ง