

ความช่วยเหลือในภาวะวิกฤต



การอยู่กับภาวะใกล้ตาย

เมื่อคนที่เรารักเป็นผู้ป่วยระยะสุดท้าย (หรือถ้าเราเองเป็นคนผู้นั้น) เราต้องหาวิธีที่จะอยู่กับภาวะใกล้ตายให้ได้

การอยู่กับคนใกล้ตายเป็นการผสมผสานที่ซับซ้อนของอารมณ์ การตัดสินใจ และการกระทำ



อารมณ์

กว่าสองทศวรรษที่ผ่านมา จิตแพทย์ Elisabeth Kübler-Ross แห่งมหาวิทยาลัยชิคาโก ได้ระบุถึงระยะต่าง ๆ ที่คนกำลังจะตายอาจเจอ ครอบครัวของพวกเขาก็มักมีอารมณ์ในแบบเดียวกันค่อนข้างบ่อยครั้ง ระยะต่าง ๆ ไม่จำเป็นต้องเกิดขึ้นตามลำดับที่แสดงไว้ นอกจากนี้คนที่กำลังจะตายและคนที่รักเขาอาจมีบางระยะหรือทุกระยะที่กลับกลับมา ความรู้เกี่ยวกับระยะต่าง ๆ เหล่านี้อาจช่วยให้เราเข้าใจปฏิกิริยาของคนที่กำลังจะตาย และของเราเอง

- **การปฏิเสธ:** “ฉันต้องการความเห็นจากหม้อีกคน”
- **ความโกรธ:** “ทำไมหม้อไม่ตรวจเจอให้เร็วกว่านี้”
- **การเจรจาต่อรอง:** “ขอให้ฉันมีเวลาพอได้เห็นลูกสาวแต่งงานเป็นฝั่งเป็นฝาก่อน”
- **การซึมเศร้า:** อารมณ์ซึมเศร้ากับสิ่งที่เราจะไม่ได้ทำอีกแล้ว และสิ่งที่เราจะทำไม่ได้เลย
- **การยอมรับ:** การยอมรับไม่ใช่เวลาที่มีความสุขหรือความทุกข์ แต่เป็นเพียงเช่นนั้น

บางครั้งเรามองเห็นการสูญเสียก่อนที่มันจะเกิดขึ้นจริง อาจเป็นเรื่องที่เพื่อนหรือสมาชิกในครอบครัวกำลังป่วยในระยะสุดท้าย ซึ่งในกรณีนี้ เราอาจเริ่มมีปฏิกิริยาความเศร้าโศกที่เกิดจากการสูญเสียแม้พวกเขายังมีชีวิตอยู่ เรากำลังรู้สึกเศร้าในระดับหนึ่งกับความตายที่คาดว่าจะเกิดขึ้น ซึ่งก็คือความเศร้าโศกที่เกิดขึ้นก่อนการสูญเสียจริง



การตัดสินใจ

- สำหรับผู้ป่วย แง่มุมสำคัญที่สุดประการหนึ่งของการอยู่ร่วมกับภาวะใกล้ตายคือการที่มีจิตใจสงบเกี่ยวกับการดูแลรักษาระยะสุดท้ายของพวกเขา นี่คือการวางแผนดูแลรักษาตนเองล่วงหน้า (Advance Care Planning) ซึ่งเป็นกระบวนการเพื่อให้มั่นใจว่าผู้ป่วยจะได้รับ การดูแลรักษาตามความต้องการของพวกเขา เมื่อไม่สามารถสื่อสารได้ด้วยตัวเองอีกต่อไป
- ผู้ป่วยต้องตัดสินใจเรื่องรูปแบบที่ชัดเจนของการรักษาพยาบาลที่ต้องการ (หรือไม่ต้องการ) ในระยะสุดท้าย และตัดสินใจว่าพวกเขาไว้วางใจให้ใครดำเนินการตามความปรารถนาของพวกเขา



การดำเนินการ

สิ่งสำคัญคือการจัดทำเอกสารสำหรับการตัดสินใจเหล่านั้น เอกสารเหล่านี้ได้แก่ หนังสือแสดงเจตนาล่วงหน้าเกี่ยวกับการรักษาในวาระสุดท้ายของชีวิต (Advance Directives) โดยประกอบด้วยหนังสือแสดงเจตนา (Living Will - ซึ่งแตกต่างจากพินัยกรรมและคำสั่งเสียครั้งสุดท้าย) และหนังสือมอบอำนาจการตัดสินใจเกี่ยวกับการดูแลรักษา (Healthcare Proxy)

การดำเนินการที่สำคัญอีกประการหนึ่งที่ต้องพิจารณาคือ การใช้สถานบริบาลเพื่อคุณภาพชีวิตผู้ป่วยระยะสุดท้าย (Hospice) ในช่วง 6 เดือนสุดท้ายของชีวิต

จากข้อมูลของ Hospice Foundation of America, สถานบริบาลเพื่อคุณภาพชีวิตผู้ป่วยระยะสุดท้าย (Hospice) คือ:

- การดูแลทางการแพทย์เพื่อช่วยให้ผู้ป่วยระยะสุดท้ายสามารถมีชีวิตอยู่ได้ดีที่สุดและได้นานเท่าที่จะเป็นไปได้ เป็นการเพิ่มคุณภาพชีวิต
- ทีมผู้เชี่ยวชาญสหวิทยาการที่ดูแลความเจ็บปวดทางร่างกาย ทางจิตสังคม และทางจิตใจ จะให้ความสำคัญกับทั้งผู้ป่วยระยะสุดท้ายและคนทั้งหมดในครอบครัว
- การรักษาพยาบาลที่ดูแลในเรื่องการจัดการอาการ การประสานงานการรักษาพยาบาล การสื่อสารและการตัดสินใจ การชี้แจงเป้าหมายของการดูแล และคุณภาพชีวิต

ในหลายกรณี การดูแลในสถานบริบาลจะเป็นการให้บริการที่บ้านพักของผู้ป่วยเอง และตั้งที่กล่าวไว้ข้างต้น การดูแลจะครอบคลุมทั้งผู้ป่วยและครอบครัวทั้งหมด ความพยายามที่จะให้การรักษาก็จะถูกแทนที่ด้วยการดูแลแบบประคับประคองซึ่งมุ่งเน้นไปที่การลดความเจ็บปวดและอาการอื่น ๆ ของโรคหรือสภาวะบางอย่าง ผู้ป่วยสามารถเลือกใช้บริการสถานบริบาลได้มากหรือน้อยตามที่เห็นสมควร

แพทย์ของคุณสามารถแนะนำโปรแกรมในพื้นที่ของคุณได้

สำหรับผู้ป่วย แง่มุมสำคัญที่สุดประการหนึ่งของการอยู่ร่วมกับภาวะใกล้ตายคือการที่มีจิตใจสงบเกี่ยวกับการดูแลรักษาในระยะสุดท้ายของพวกเขา



ความช่วยเหลือในภาวะวิกฤตยามที่คุณต้องการ

โปรดไปที่ optumeap.com/criticalsupportcenter สำหรับทรัพยากรและข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับความช่วยเหลือในภาวะวิกฤต



ไม่ควรใช้โปรแกรมนี้ในภาวะฉุกเฉินหรือเมื่อจำเป็นต้องมีการดูแลเร่งด่วน ในกรณีฉุกเฉิน โปรดโทรติดต่อ 191 หรือไปยังห้องฉุกเฉินของสถานพยาบาลที่ใกล้ที่สุด โปรแกรมนี้ไม่ใช่สิ่งทดแทนการดูแลจากแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญ โปรดปรึกษาแพทย์ของคุณเกี่ยวกับความจำเป็นในด้านการดูแลสุขภาพ การรักษา หรือการรักษาโรค เพื่อหลีกเลี่ยงผลประโยชน์ที่อาจเกิดขึ้น จะไม่มีการให้คำปรึกษาด้านกฎหมายในเรื่องที่อาจเกี่ยวข้องกับการดำเนินคดีตามกฎหมายต่อ Optum, บริษัทในเครือ หรือหน่วยงานใดก็ตามที่ผู้โทรกำลังได้รับการเหล่านี้ ไม่ว่าจะโดยตรงหรือโดยอ้อม (เช่น นายจ้าง หรือแผนประกันสุขภาพ) โปรแกรมและส่วนประกอบในโปรแกรมนี้อาจไม่มีในบางพื้นที่หรือกับกลุ่มบางขนาด ซึ่งอาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ อาจมีข้อยกเว้นและข้อจำกัดด้านการคุ้มครอง

Optum® เป็นเครื่องหมายการค้าจดทะเบียนของ Optum, Inc. ในสหรัฐอเมริกาและเขตการปกครองอื่น ๆ ชื่อแบรนด์หรือชื่อผลิตภัณฑ์อื่น ๆ ทั้งหมดเป็นเครื่องหมายการค้าหรือเครื่องหมายจดทะเบียน หรือเป็นกรรมสิทธิ์ของผู้เป็นเจ้าของนั้น Optum เป็นผู้ว่าจ้างที่ให้โอกาสการจ้างงานอย่างเท่าเทียมกัน