



# เรื่องเล่าสร้างแรงบันดาลใจ "เล็บแต่ไม่เล็ก"

Quality Fair 2015

ดิฉันเป็นนักกิจกรรมบำบัดอยู่ที่เวชศาสตร์ฟื้นฟูศิริราช ทำงานปีนี้ เป็นปีที่ 3 งานทางกิจกรรมบำบัด เป็นงานที่ให้การบำบัดรักษา ฟันฟูเกี่ยวกับการฝึกให้ผู้ป่วยสามารถกลับไปทำกิจวัตรประจำวัน การเคลื่อนไหวของแขนและมือ ผู้ป่วยส่วนใหญ่ที่มาฝึก เป็นผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง ทำให้มีอาการอ่อนแรงซีกใดซีกหนึ่ง ความสามารถต่าง ๆ ของคนเหล่านี้ก็ลดลงด้วยไม่ว่าจะเป็น การช่วยเหลือตนเอง ในด้านการอาบน้ำแต่งตัว ล้างหน้า แปรงฟัน ใส่เสื้อผ้า ทำให้ผู้ป่วยเหล่านี้ต้องมารับการฟื้นฟูให้กลับมาทำกิจวัตรประจำวันต่าง ๆ ด้วยตนเองให้มากที่สุดตามความสามารถที่เหลืออยู่ การฝึกทุก ๆ ครั้งจะมีการให้กำลังใจผู้ป่วยอยู่เสมอ ถึงแม้ว่าเขาจะทำได้หรือไม่ก็ตาม และความสามารถเล็ก ๆ น้อยที่ผู้ป่วยพอจะเริ่มทำได้ สิ่งนั้นต้องยืงนำมาส่งเสริมและให้กำลังใจ เพื่อที่จะเป็นแรงผลักดันให้ผู้ป่วยเหล่านี้รู้สึกว่าคุณค่าในตัวเอง ดิฉันสุขใจทุกครั้งที่ได้เห็นผู้ป่วยมีรอยยิ้มเวลาที่เค้าสามารถช่วยเหลือตนเองในการทำกิจวัตรประจำวันได้

การฝึกผู้ป่วยทุก ๆ วันทำกิจวัตรประจำวันต่าง ๆ ดิฉันเริ่มสังเกตเห็นมือด้านดีของผู้ป่วยมีเล็บยาว แต่ด้านอ่อนแรงกลับสั้น ความสงสัยนี้มีมากขึ้น เมื่อดิฉันเริ่มสังเกตในผู้ป่วยรายอื่นก็พบว่าเล็บยาวในมือข้างดีเช่นกันจึงลองสอบถามผู้ป่วยว่า ทำไมเขาถึงตัดเล็บมือด้านอ่อนแรงเพียงด้านเดียว หลังจากนั้นก็ได้คำตอบว่า ผู้ป่วยที่มีอาการอ่อนแรงซีกใดซีกหนึ่ง จึงไม่สามารถตัดเล็บมือด้านดีได้ด้วยตนเองได้ จะต้องรอญาติ ลูกหลานที่ว่างจากงานเป็นคนมาตัดให้ ส่วนมือด้านอ่อนแรงเขาก็ใช้มือด้านดีจับกรรไกรตัดเล็บมาตัดมือด้านอ่อนแรง สิ่งนี้ทำให้ดิฉันเริ่มขุดคิดขึ้นมาว่า หากคนเหล่านี้พยายามจะตัดเล็บมือด้านอ่อนแรงด้วยตนเองแล้วนั้น แสดงว่าความจริงแล้ว คนเหล่านี้ก็คงมีความคิดที่อยากจะตัดเล็บมือด้านดีของตนเองด้วยเช่นกัน แต่ความจริงในชีวิตของผู้ป่วยที่มีภาวะอ่อนแรงด้านใดด้านหนึ่งคือไม่สามารถทำได้

หน่วยงานของดิฉันจะมีการแลกเปลี่ยนความรู้กันทุกวันศุกร์ช่วงบ่าย มีการทบทวนความรู้ การแลกเปลี่ยนประสบการณ์การทำงาน ปัญหาที่พบในแต่ละวัน ร่วมกันเสนอความคิดเห็น และวิธีการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้น ดิฉันจึงนำปัญหาเรื่องการตัดเล็บมาลองคุยกันในวันนี้ ทุก ๆ คนที่ได้รับฟังก็ต่างก็มีข้อเสนอแนะต่าง ๆ มากมาย ซึ่งทำให้ดิฉันเกิดมีความคิดที่ท้าทายอยากจะทำประดิษฐ์ อุปกรณ์ตัดเล็บสำหรับผู้ป่วยที่อ่อนแรง การได้รับการสนับสนุนให้คิดลงมือทำและต่อยอดทำสิ่งนี้ให้เป็นจริงและสนับสนุนของผู้คนเหล่านี้ทำให้ดิฉันมีแรงบันดาลใจที่จะทำให้สำเร็จ ไม่ใช่เพียงแค่สงสัยแล้วคิดเฉย ๆ หลังจากวันนั้นดิฉันก็มีความพยามที่จะค้นหารูปแบบของอุปกรณ์ตัดเล็บ จากอินเทอร์เน็ตทั้งในประเทศและต่างประเทศ สอบถามจากผู้รู้ ใช้เวลาคิดอยู่หลายวันว่าจะทำอย่างไรให้ผู้ป่วยที่เหลื่อร่างกายซีกเดียวสามารถตัดเล็บได้ด้วยตนเอง โจทย์มีเพียงผู้ป่วย มือด้านดี ขาและเท้าข้างดี? เราจะทำให้เขาได้ใช้สามอย่างนี้มาตัดเล็บมือข้างดีได้ สุดท้ายก็ค้นพบวิธีการตัดเล็บ โดยที่ดิฉันไปเอาท่าทางในการเหยียบจักเย็บผ้ามาเป็นต้นแบบ สิ่งต่อไปคือ หาวัสดุมาประดิษฐ์ และมีการประดิษฐ์จนออกมาเป็นนวัตกรรมอุปกรณ์ตัดเล็บสำหรับผู้ป่วยอัมพาตครึ่งซีก ที่มีลักษณะกรรไกรตัดเล็บจะถูกยึดติดกับแผ่นไม้สี่เหลี่ยมจัตุรัสขนาดเล็กประมาณ 8 cm x 8 cm ยึดด้วย C-clamp กับโต๊ะ ส่วนปลายกรรไกรจะต่อด้วยท่อขนาดเล็ก เพื่อเป็นตัวนำเชือก ไปยึดกับ เสาดวงเข้าด้านล่าง เพื่อให้ผู้ป่วยใช้เท้าด้านดีตัดเล็บมือด้านดีของตัวเองได้

หลังจากที่ประดิษฐ์เสร็จ ดิฉันคิดว่าลำพังตัวเองคนเดียวยังไม่สามารถค้นพบปัญหาที่แท้จริงจากอุปกรณ์ได้ ดิฉันจึงนำไปปรึกษาพี่ๆในสาขาจึงได้รับคำแนะนำให้ขุดคิดมาอีกอย่างหนึ่ง คือความปลอดภัยของผู้ป่วยต้องมาเป็นอันดับแรก ดิฉันจึงนำอุปกรณ์ตัวนี้ไปทดลองใช้ในคนปกติก่อน เพื่อดูความปลอดภัยและความสามารถในการตัดเล็บของอุปกรณ์ว่าใช้งานได้จริงหรือไม่ ดิฉันดีใจและมีกำลังใจเป็นอย่างมากเมื่อได้รับความร่วมมือจากทุกคนในสาขากิจกรรมบำบัด ในการทดลองใช้ และได้รับคำแนะนำและข้อเสนอแนะที่ดี จนทำให้ดิฉันได้เห็นปัญหาที่เกิดขึ้นอย่างแท้จริงของอุปกรณ์ชิ้นนี้ เมื่อนำข้อเสนอแนะต่างๆนำไปปรับปรุงอุปกรณ์เรียบร้อยแล้วจึงมีการนำไปให้ผู้ป่วยทดลองใช้จริง นวัตกรรมนี้มีการพัฒนาอย่างต่อเนื่อง โดยมีการแลกเปลี่ยนความเห็นระหว่างดิฉันกับผู้ป่วยที่ได้ทดลองใช้ เพื่อให้อุปกรณ์ตัดเล็บนี้ออกมาได้สมบูรณ์มากที่สุด จนสุดท้ายได้ผลประเมินเป็นที่น่าพอใจ ดิฉันสามารถทำให้ผู้ป่วยอัมพาตครึ่งซีกหลายๆรายกลับมาตัดเล็บได้ด้วยตนเองอีกครั้ง บางคนไม่ได้ตัดเองมาเป็นเวลานาน เช่น คุณลุงคนหนึ่งบอกกับดิฉันว่า รู้สึกดีใจที่สามารถตัดเล็บได้เอง ลุงไม่ได้ตัดเองมา 10 กว่าปีแล้วตั้งแต่วัยป่วย และหลายๆคนที่ได้ทดลองรู้สึกตื่นเต้นที่ตนเองสามารถตัดเล็บได้เองโดยไม่ต้องรอพึ่งญาติ คำพูด สีหน้า แววตาของผู้ป่วยที่สามารถตัดเล็บด้านดีได้ทำให้ดิฉันรู้สึกดีใจที่ทำให้ใครหลาย ๆ คนได้ทำในสิ่งที่ตัวเองไม่สามารถทำได้แล้วในชีวิตนี้ ทำให้เขากลับมาเห็นคุณค่าในความสามารถตนเองอีกครั้ง ปัญหาที่คุณเป็นเรื่องเล็กๆสำหรับคนธรรมดาอย่างเรา แต่ในทางกลับกัน มันคือสิ่งที่มีค่าและยิ่งใหญ่สำหรับคนเหล่านี้ และดิฉันคิดว่านวัตกรรมตัดเล็บสำหรับผู้ป่วยอัมพาตครึ่งซีกนี้ทำให้ใครหลายๆคนกลับมายิ้มได้อย่างสุขใจอีกครั้ง



ดิฉันได้นำนวัตกรรมชิ้นนี้มาเสนอผลงานเพื่อรับพิจารณารางวัลนวัตกรรมในปี 2557 ผลจะออกมาเป็นอย่างไรคงไม่สำคัญเท่ากับการที่นวัตกรรมชิ้นนี้จะช่วยเพิ่มความสามารถในการดูแลตนเองของผู้ป่วยในเรื่องของการตัดเล็บมือด้านดีได้โดยที่ไม่คิดว่า จะทำได้อีกแล้วในชีวิตหลังความเจ็บป่วยด้วยโรคหลอดเลือดสมอง และเพื่อความภาคภูมิใจในตนเองของผู้ป่วยที่ทำให้เขาสามารถกลับมาทำกิจวัตรประจำวันในการดูแลตนเองได้อย่างแน่นอน

**คุณวิภาวี ธนาภาทิวัตต์**  
สาขาวิชากิจกรรมบำบัด  
ภาควิชาเวชศาสตร์ฟื้นฟู

