

ไม่มีใครสักคนกล้าสวนกระแส

แต่หมอบอกความจริงกับเพื่อนมนุษย์

พิมพ์ครั้งที่

8

หมอ ปาก หมอ

เชื่อหมอเถอะ...

ด้วยความห่วงใยเรื่องสุขภาพ
จากหมอปากหมา

เล่ม 3



ตรวจฉบับลิขสิทธิ์

นำเสนอทางสื่อ ตีพิมพ์

โดย นายแพทย์พินิจ ลิ้มสุคนธ์



ดวงกมลพับลิชชิ่ง

นำเสนอหนังสือดี มีคุณค่า



กรมสุขภาพ
กระทรวงสาธารณสุข

หมอ

ปาก

หมอ

เล่ม 3

คลินิก 3 บาท

โดย นายแพทย์พินิจ ลิ้มสุคนธ์

หนังสือเล่มนี้

อาจไม่เป็นที่ถูกใจของคนส่วนน้อยบางกลุ่ม

แต่ขอให้เข้าใจว่า...

ถ้อยคำในเล่มเขียนขึ้นเพื่อคนส่วนใหญ่

ซึ่งมักตกเป็นผู้เสียประโยชน์จากความไม่รู้ของตน

มิได้เจตนาจะทำเพื่อว่าร้ายหรือใส่ความผู้ใด

และยังมิได้หวังจะให้เป็นการโฆษณาเอาดีใส่ตัว

หลากหลายความคิดจากผู้อ่าน

หนังสือเล่มนี้มีประโยชน์ต่อผู้อ่านและประชาชนทั่วไป

ในส่วนเรื่องเกี่ยวกับแพทย์นั้นเห็นตรงกับอาจารย์ที่ว่าคนไม่ดีนั้นมียุ่จริง แต่บางครั้งเรื่องราวบางเรื่องก็ขึ้นอยู่กับบุคคลถึง 3 ฝ่าย คือ แพทย์ ผู้ป่วย และญาติ แพทย์ที่ดีนั้นยังมีอยู่เป็นจำนวนไม่น้อย จึงคิดว่าผู้อ่านคงจะใช้วิจารณญาณแยกแยะได้ และไม่หวาดระแวงแพทย์จนเกินไป

พ.ท. พ.ญ. แสงแข ขำนาญวนกิจ

โรงพยาบาลพระมงกุฎเกล้า

ดิฉันเขียนจดหมายมาเนื่องจากทราบว่าคุณหมอถูกโจมตี และวิพากษ์วิจารณ์จากบุคคลจำนวนหนึ่งโดยเฉพาะจากแพทย์ร่วมอาชีพ จึงอยากให้กำลังใจคุณหมอว่าอย่าท้อถอย เพราะมีประชาชนทั่วไปได้อ่านหนังสือจากหนังสือเล่มนี้อยู่มาก ส่วนตัวของดิฉันได้ข้อคิดจากบทความที่คุณหมอเขียนไว้ว่า กรณีที่ต้องเข้ารับการรักษาที่เสี่ยงอันตราย เช่น ผ่าตัด หรือต้องเสียค่าใช้จ่ายเป็นเงินจำนวนมาก ต้องปรึกษาหมอไม่น้อยกว่า 2 คน หรือ เซคกันโอพีเนียน ซึ่งดิฉันคิดว่าข้อความนี้มีประโยชน์อย่างยิ่งต่อผู้ป่วยทุกคน

ศิริรักษ์ บัวอ้อกลีบ

อ.เชียงกลาง จ.น่าน

หนังสือเล่มนี้ผมซื้อให้แม่อ่าน เพราะคิดว่าคนสูงอายุคงจะได้ประโยชน์ เมื่ออ่านจบแล้วแม่บอกว่าจริงอย่างที่คุณหมอบอก เพราะตอนที่แม่ไปรักษาตัวที่โรงพยาบาล และหมอบอกว่าแม่เป็นโรคหลายชนิด (บางโรคแม่ไม่เคยรู้ว่าตนเองเป็น) แม่มีความดันโลหิตขึ้นสูงมากจนน่าตกใจ ทำอย่างไรก็ไม่ลด แต่เมื่อแม่ขออนุญาตหมอออกมาพักที่บ้านเพื่อรอตรวจครั้งต่อไป (ไม่ว่าจะต้องผ่าตัดหรือไม่) ความดันก็ลดลงเป็นปกติ ที่รู้สึกปวดหัว ปวดหลังก็ค่อยยังชั่ว แม่บอกว่ารู้แล้วว่าจริงๆ เป็นโรคคนแก่ ถึงผ่าตัดไปก็คงไม่ดีขึ้น สู้ทำใจให้สบายอยู่บ้านกับลูกกับหลาน ฟังเทศน์ฟังธรรมไปตามเรื่องดีกว่า

สิทธิเดช นามวงศ์

อ.ดอกคำใต้ จ.พะเยา

คำนำสำนักพิมพ์

การจัดพิมพ์หนังสือขึ้นมาสักเล่ม ออกมาจำหน่ายเผยแพร่ต่อสาธารณชนนั้น สำนักพิมพ์ทุกสำนักพิมพ์ย่อมต้องอ่านข้อความอย่างละเอียด และไตร่ตรองว่าหนังสือนั้นจะมีคุณค่าควรแก่การซื้อหาเป็นเจ้าของหรือไม่

แน่นอนที่สำนักพิมพ์มีอาชีพปฏิเสธว่า การจัดทำหนังสือเป็นเรื่องของ 'ธุรกิจ' หากแต่ธุรกิจที่กระทำมีเป้าหมายแตกต่างไปจากธุรกิจโดยทั่วไป เพราะหนังสือมิใช่สินค้าธรรมดาสามัญตามท้องตลาด แต่เป็นสื่อทางความคิด และปัญญา ที่แม้จะโฆษณาประชาสัมพันธ์สักเพียงใด หากเนื้อหาความในหนังสือไม่มีความหมายและความน่าสนใจ ก็หาจะมีผู้ซื้ออ่านไม่

สำนักพิมพ์ ดวงกลมพับลิชชิง เคาร์พไนภูมิปัญญาของผู้อ่านเสมอมา จึงพยายามเลือกสรรบทความที่มีคุณค่ามาจัดพิมพ์เสนอต่อผู้อ่าน ที่ผ่านมาได้จัดพิมพ์หนังสือมาแล้วหลายเล่มในหลายแนวทาง ทว่าในความต่างนั้นมีสิ่งเหมือนกันคือคุณภาพ เช่นเดียวกับหนังสือ ชุด "หมอปากหม ~~อ~~า" ที่ผ่านตาท่านผู้อ่านมาแล้ว 2 เล่ม จนถึงเล่มสุดท้ายคือเล่ม 3 ที่ถืออยู่ในมือของท่านนี้ก็เป็นผลงานซึ่งเราภาคภูมิใจอย่างยิ่งที่ได้นำเสนอ

มีผู้วิจารณ์หนังสือชุดนี้กันอย่างกว้างขวางในเว็บไซต์หลายต่อหลายเว็บ ซึ่งสำนักพิมพ์และผู้เขียนขออ้อมรับคำวิจารณ์ทั้งปวงที่มีผู้กล่าวถึง ตลอดจนคำชมและคำให้กำลังใจที่ส่งมาถึงสำนักพิมพ์ ด้วยตระหนักในโลกแห่งความจริงอันประกอบไปด้วยความคิดเห็นหลากหลายพรรคคณะที่อยู่ร่วมภายในโลกใบเดียวกัน

อย่างน้อยที่สุด สำนักพิมพ์หวังว่าหนังสือชุดนี้จะสามารถจุดประกายความคิดให้แก่ผู้ที่ได้อ่าน และหากผู้อ่านนำข้อเสนอแนะที่มีในหนังสือไปใช้ประโยชน์ในชีวิต ทั้งต่อตนเอง ครอบครัว และญาติสนิทมิตรสหาย ไม่ว่าจะมากหรือน้อยก็ถือว่าได้บรรลุจุดประสงค์ของหนังสือแล้ว

ในเล่ม 3 นี้ ผู้เขียนได้บอกเล่ารายละเอียดถึงที่มาที่ไปของเนื้อความตลอดจนชื่อหนังสือบนหน้าปกที่มีผู้สนใจวิจารณ์กันอย่างกว้างขวางถึงความหมายของชื่อนี้ ผู้อ่านเชิญเปิดอ่านได้ในหมวดหน้าสุดท้าย “นี่แหละ ! ที่อยากจะบอก”

นอกจากนี้ ยังมีเรื่องที่น่าสนใจเกี่ยวกับโรคและสุขภาพต่าง ๆ โดยผู้เขียนนำชีวิตส่วนตัวของตนและครอบครัวมาเป็นอุทาหรณ์ให้ประชาชนทั่วไปได้ตระหนักถึงความจริงของชีวิตที่ทุกคนต้องมีโอกาสได้ประสบไม่วันใดก็วันหนึ่ง

อันที่จริงปัญหาของสังคมนั้นมีความสลับซับซ้อนมาก จนไม่อาจแก้ไขในเร็ววัน แต่ผู้เขียนก็ยังมีหวังและกำลังใจที่ถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์ที่มีอย่างไม่ย่อท้อ และถึงแม้สิ่งที่เขียนได้ผ่านการศึกษาค้นคว้ามาแล้วอย่างดี ก็มิได้ปรารถนาจะยึดเยียดให้ผู้อ่านนำไปปฏิบัติโดยไม่ผ่านการใช้วิจารณญาณใคร่ครวญก่อน

ดังที่ได้ชี้แจงมาทั้งหมด ท่านผู้อ่านคงเข้าใจได้ว่า เหตุใดสำนักพิมพ์จึงเลือกที่จะให้ความจริงปรากฏต่อสาธารณชนด้วยการนำเสนอหนังสือชุด “หมอปากหมาก” นี้

ด้วยความรักและศรัทธาในผู้อ่าน
สำนักพิมพ์ ดวงกมลพับลิชชิง จำกัด

คำนำพิชัยน

หนังสือ “หมอปากหมา” เล่ม 1 และเล่ม 2 คงได้ผ่านสายตาของท่านผู้อ่านไปแล้ว เล่มนี้เป็นเล่มที่ 3 และคงเป็นเล่มสุดท้ายในชุด เพราะเรื่องต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพตามที่ผู้เขียนคิดว่าประชาชนน่าจะรับรู้ (ส่วนจะเข้าใจและนำไปใช้ได้มากน้อยแค่ไหน ขอฝากให้ท่านผู้อ่านกำหนดเอาเอง) ผู้เขียนได้นำมาเขียนให้อ่านกันพอเพียงแล้ว

ผู้เขียนมิได้รอบรู้ไปทุกเรื่อง แม้แต่เรื่องที่เขียนลงไปหนังสือ “หมอปากหมา” ก็อย่าได้เชื่อไปทั้งหมด ขอให้ท่านผู้อ่านได้ใช้วิจารณญาณของตน อ่านไปคิดไปและลองปฏิบัติดู สิ่งใดคิดว่าดีก็นำไปใช้ ถ้าไม่ดีก็ไม่ต้องสนใจ

ถึงแม้ว่างานเขียนครั้งนี้จะได้รับการตอบรับจากท่านผู้อ่านเป็นอย่างมาก แต่จะไม่ทำให้ผู้เขียนหลงผิดคิดว่าตนเป็นนักเขียนที่มีชื่อเสียง จนอาจทำให้เขียนไปเรื่อยเปื่อย ซึ่งไม่เพียงแต่จะทำให้ท่านต้องเสียเงินซื้อ เสียเวลาอ่าน และอารมณ์เสีย แต่จะทำลายคุณค่าของหนังสือ

ตามโลกธรรม 8 ลาม, ยศ, สรรเสริญ และความสุขจะทำให้ผู้ได้รับพึงพอใจ ผู้เขียนก็เป็นเช่นนั้น แต่ความต้องการที่แท้จริงคือต้องการมีส่วนช่วยให้คนไทยมีสุขภาพดีและมีความเป็นธรรมในการให้บริการสุขภาพแก่ผู้ที่เจ็บป่วย

ไม่เพียงแต่งานเขียนหนังสือ ทุกสิ่งที่ทำไปโดยคณะทำงานคลินิก 3 บาทเป็นการให้เปล่า ซึ่งผู้เขียนต้องขอขอบคุณคณะทำงานทุกคนสุดท้ายนี้ขอขอบคุณท่านผู้อ่านทุกท่าน และขออวยพรให้ท่านมีสุขภาพดี

นายแพทย์พินิจ ลิ้มสุคนธ์

เรื่องในเล่ม

1	อย่างนี้ก็มีด้วย	1
	อย่างนั้นก็ด้วย (เมื่อคนไข้หลอกหมอ)	3
	หาหมอเดือนละ 2 ครั้ง	5
	ผู้ป่วยวันละร้อยกว่า	7
	ใช้กระบอกฉีดยา 120 อัน	9
	เลี้ยงไข้	11
	โรคหายแต่คนตาย	13

2	โรคนานา...น่ารู้ไว้	15
	ไมเกรน...ก็รักษาเองได้	17
	ตามีด-ตาลาย	19
	โรคพิษสุรา	21
	งูสวัดและเริม	23
	ก้อนที่เต้านม	25
	ปวดหลัง...ต้องสังเกตอะไร?	27
	ปวดท้องเฉียบพลันที่ควรรู้	29
	ใจสั่น...โรคหัวใจหรืออุปาทาน?	32
	โรคจากน้ำท่วม	35

3 การแพทย์แบบพึ่งพาตนเอง 37

ผู้ป่วย 5 ประเภทที่บ้าหาหมอ	39
ผู้ป่วย 2 ใน 3	41
ปรอหวัดไข้...ควรมีไว้ทุกบ้าน	43
เป็นไข้...พึ่งทางนี้	45
เป็นไข้หน้าฝนอย่าใช้ยาแก้แสบ	47
เมื่อหมอใจสั้น	49
เมื่อหมอมี 5 โรค รักษาอย่างไร?	51
เป็นเอง-หายเอง (ลืมา!)	53
เมื่อลูกหมอหุตั้งเฉียบพลัน	55
เมื่อลูกหมอเป็นหวัด	57
ทำไมไม่คิดเรื่องง่ายๆ	59
ทำไมไม่คิดว่าจะเป็นอย่างอื่น	61
คลอดที่บ้าน	63

4 ป่วยจริงแต่เป็นก๊ใจ 65

ป่วยที่กายหรือที่ใจกันแน่?	67
แล้วหมอจะอย่างไร?	69
วันละโรค	71
ไม่รู้จะตรวจอะไร?	73
โรคบ้าได้หน้า	75

โรคจากวินัย	77
ผมใกล้บ้าแล้วครับหมอ!	80
โรคฮีสทีเรีย	82

5 สุขภาพของคนไทย 85

ตรวจสอบสุขภาพ เพื่อใคร?	87
ประกันสุขภาพ	91
วงจรรูปภาพ	93
ก่อนใช้ยาแพง โปรดฟังทางนี้	95
กินอยู่เอียงทาสอย่างไทย	97

6 คือนิจจังของชีวิต 101

พ่อจำ...ลูกลาก่อน	103
ให้แม่ผมไปสบายเถิดครับ	106
ทัศนคติต่อการตาย	110
ภาวะวิกฤติ	112
ผีดูดเลือด	114
มะเร็งตับสองล้านเศษ	116
หมดเงินก็หมดลม	118
รักษาโรคหรือรักษาคณ (อีกครั้ง)	120
หมอโกหก	123

7 รักลูก...เลี้ยงลูกอย่างไร? 127

ลูกเรียนไม่เก่ง	129
ทำอะไรลูกถึงจะเรียนเก่ง?	132
ระบบการศึกษาทำลายเด็ก	135
เห็นลูกเรียน...น้ำตาพ่อไหลตก.	137
บ้าเรียน...เรียนแล้วบ้า	139
พ่อ-แม่ ไม่รักผม	142
เมื่อหมอมีลูกเป็นหมา	144

8 นี่แหละ! ก้อยากจะบอก 147

สื่อไม่สร้างสรรค์	149
เรามีหมอมากเกินไป	151
ของฟรี...ใครๆ ก็ชอบ	154
ที่มาของปก “หมอปากหม ฉา”	156
“หมอปากหม ฉา” โดน...จนได้	158

อย่า

ใช้ยามาก



อย่า อยากฉีดยา



อย่า

ทำหามอ



อย่างนี้
ก็มีด้วย...



“

เรื่องผู้ป่วยหลอกหมอนั้น
มีทั้งที่แกล้งป่วยเพื่อหวังประโยชน์
เช่น จะได้มีเหตุลางาน
และมีคนที่หลอกทั้งหมอนหลอกทั้งตนเอง
คือจิตได้สำนึกกลับให้ป่วย

”

อย่างนี้ก็มีด้วย

(เมื่อคนไข้หลอกหมอ)



วันหนึ่งมีเพื่อนหมอคนหนึ่งมาเล่าให้ฟังว่าโดนผู้ป่วยรายหนึ่งหลอก เรื่องก็มีอยู่ว่ามีผู้ป่วยหญิงสาวทำงานอยู่บริษัทแห่งหนึ่งมาหาหมอด้วยอาการไข้และปวดศีรษะ เมื่อพยาบาลใช้ปรอทวัดดูก็พบว่ามิใช่จริง หมอจึงคิดว่าเป็นไข้หวัดและจัดยาให้ 1 ชุด ผู้ป่วยขอใบรับรองแพทย์เพื่อลาป่วย 1 วัน หมอก็เขียนให้ แต่แล้วหมอเกิดสงสัย ได้สอบถามพนักงานว่าผู้ป่วยมีท่าทีอะไรที่ผิดปกติสังเกตก่อนพบแพทย์หรือไม่ ปรากฏว่าผู้ป่วยได้ไปขอน้ำร้อนที่แผนกเอกซเรย์ จึงเป็นไปได้ว่าผู้ป่วยแกล้งหลอกว่าตนมีไข้โดยการอมน้ำร้อนแล้วไปให้พยาบาลวัดอุณหภูมิในปาก เจตนา ก็เพียงจะหยุดงานอย่างแยบยล

เรื่องผู้ป่วยหลอกหมอมิมีทั้งที่แกล้งทำเป็นป่วย เพื่อหวังประโยชน์บางอย่างดังเช่นผู้ป่วยรายนี้ หรือบางคนอาจแกล้งทำเป็นตาบอด หูตึง อัมพฤกษ์ อัมพาต หรือแกล้งเป็นลม แต่บางครั้งก็หลอกทั้งหมอและ

หลอกทั้งตัวเอง กล่าวคือตัวเองไม่ได้ตั้งใจหลอกหมอ เป็นเรื่องจิตใจสำนึก ซึ่งสั่งให้เกิดอาการบางอย่าง ที่พบกันเป็นประจำคือ อาการแน่นหน้าอก หายใจหอบ มือเท้าเกร็ง และทำท่าเหมือนหมดสติ แต่จริงๆ แล้วรู้สึกตัวดี พวกนี้สร้างความตกใจให้กับคนรอบข้าง ส่วนมากจะถูกนำส่งโรงพยาบาล และหมอเกือบทุกคนจะรู้ได้ทันทีว่าเป็นการแสดงออกของผู้ป่วยที่มีความผิดปกติของจิตใจชั่วคราว ผู้เขียนเคยใช้เทคนิคหลายอย่างมารักษาให้หาย โดยไม่ต้องใช้ยา มีอยู่รายหนึ่งเป็นชายหนุ่มรูปร่างสูงใหญ่ แข็งแรงมาก แต่มีอาการหอบและเกร็งจนน่าตกใจ จำเป็นต้องฉีดยาระงับประสาท และเคลียร์แต่ก็ยังไม่ได้ผล หมอจึงเชิญญาติให้ออกไปรอนนอกห้อง แล้วสั่งให้พยาบาลไปนำอุปกรณ์ช่วยชีวิตมาทันที ทำท่าทางซึ่งซึ้งร้อนรน เหมือนเวลาพบผู้ป่วยที่มีภาวะวิกฤติจากหลอดเลือดอุดตัน แต่ส่งสัญญาณให้พยาบาลรู้ว่าจะแสดงละครหลอกผู้ป่วยว่าจำเป็นต้องเจาะคอฉุกเฉิน พยายามพูดให้ดูน่าหวาดเหมือนเป็นจริงเป็นจัง เอาสำลีชุบแอลกอฮอล์เช็ดบริเวณคอผู้ป่วย ปรากฏว่าการผู้ป่วยค่อยๆ สงบลงและหายใจใน เวลาไม่ถึงอึดใจ เทคนิคนี้ก็อาศัยประสบการณ์ที่ว่าผู้ป่วยที่มีอาการเช่นนี้ แม้จะทำไปโดยไม่ตั้งใจแต่ก็ยังมีสติ หากเราไปพูดหรือแสดงท่าว่ารู้ทัน ไม่ค่อยยอมตาม ผู้ป่วยบางรายจะเกิดความรู้สึกต่อต้าน แต่พอเราค่อยตาม ผู้ป่วยเลยตกใจ คิดว่าหมอไม่เก่ง เข้าใจผิดว่าตนเกิดหลอดเลือดอุดตันจึง จะเจาะคอ หากไม่รับหายคงต้องเจ็บตัวแน่ๆ เรียกว่าเมื่อผู้ป่วยหลอกหมอ หมอก็หลอกผู้ป่วยคืนไป

ยังมีอาการอีกหลายอย่างที่ผู้ป่วยรู้สึกว่าเป็นจริงๆ แต่มันไม่จริง บางอย่างก็ต้องใช้ความรู้และความชำนาญมากถึงจะพิสูจน์ได้ แต่ขอเตือน คนที่เกลียดป่วยเพราะมักจะหลอกหมอไม่ค่อยได้และอาจเป็นผลร้ายต่อตนเอง อย่างน้อยตัวเองจะสร้างนิสัยเลวๆ ส่งผลให้มีปัญหาในการดำเนินชีวิตต่อไป

หาหมอเดือนละ 2 ครั้ง

เช้าวันหนึ่งเพื่อนร่วมงานของผู้เขียนและเป็นผู้ดำเนินรายการคลินิก 3 บาททางวิทยุเสียงสามยอดทุกเช้าวันเสาร์ เวลา 10.30-12.00 น. ได้เล่าให้ผู้เขียนฟังถึงพฤติกรรมของผู้ป่วยหญิงวัยกลางคนคนหนึ่งซึ่งทำประกันสังคมไว้กับโรงพยาบาลที่ผู้เขียนทำงาน

“อาจารย์ดูผู้ป่วยรายนี้สิครับ แค่ 10 เดือน มาตรวจตั้ง 20 ครั้ง”
พูดจบก็เอารายงานให้ดู

“อ้ออ้อ! ป่วยอะไรกันนักหนา ลักษณะนี้ถ้าไม่ป่วยใกล้ตายเต็มทีก็ต้องเป็นประเภทบ้าหาหมอหรือไม่ก็โรคมารยา ไหนขอผมดูรายงานโดยละเอียดหน่อยสิ”

“จริงด้วย คนคนนี้เข้าข่ายเป็นอะไรนิดเป็นอะไรหน่อยก็หาหมอแถมยังชี้แจงทำงาน เอาเปรียบบริษัทและกินแรงเพื่อนร่วมงาน ดูลิขอบใบรับรองแพทย์ลาป่วยตั้ง 20 ใบ ผมจะต้องแจ้งให้หัวหน้าฝ่ายบุคคลของบริษัท.....(ขอสงวนนาม) ทราบ” พูดจบผู้เขียนก็โทรศัพท์ไปยังบริษัทดังกล่าว

“ฮัลโล! ผม หมอพนิจ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลพูดนะครับ”

“คะ! มีอะไรหรือคะคุณหมอ?”

“ผมได้รับรายงานการป่วยของพนักงานของคุณคนหนึ่ง ชื่อ.....
(ขอสงวนนาม) อยากเรียนให้ทราบว่าเธอมาขอรับการตรวจรักษาบ่อยมากๆ เลยครับ”

“นั่นสิคะ ทางเราก็กังวลใจว่าแกป่วยเป็นอะไร ทำไมลาป่วยบ่อยเหลือเกิน แกเป็นอะไรหรือคะหมอ?”

“ผมบอกรายละเอียดไม่ได้ครับ เพราะเป็นความลับของผู้ป่วยแต่บอกได้ว่าอาการป่วยที่ผ่านมาเป็นเรื่องเล็กๆ น้อยๆ เข้าข่ายอาการเครียดหรือป่วยทางจิตมากกว่าทางกายนะครับ ซึ่งผมเคยปรึกษากับท่านประกันสังคมจังหวัดแล้ว ท่านแนะนำว่าถ้าเป็นกรณีอย่างนี้ต้องให้ผู้ป่วยจ่ายเงินเอง แต่ทางเราไม่อยากทำเช่นนั้น มาทุกครั้งที่ตรวจรักษาให้โดยไม่ได้เก็บเงินเลย แต่ที่แจ้งมาก็อยากจะขอให้ทางบริษัทช่วยพิจารณาด้วยครับ”

“ขอบคุณมากค่ะ แล้วทางเราจะช่วยดูแลให้ค่ะ”

ตกเย็นวันนั้นผู้ป่วยรายนี้ก็กลับมาตรวจที่ห้องฉุกเฉินอีก โดยมีอาการบาดเจ็บบริเวณใบหน้า อ้างว่าเกิดจากอุบัติเหตุ แต่ในที่สุดก็ยอมรับว่าโดนสามีทำร้ายและจะขอลาป่วย 4 วัน ปรากฏว่าแพทย์เวรไม่ยอมให้ลาเพราะไปเห็นบันทึกแนบในรายงานว่า ‘ป่วย 20 ครั้งใน 10 เดือน ขอลาป่วยทั้ง 20 ครั้ง’ ประกอบกับมีความเห็นว่าเป็นอาการบาดเจ็บเล็กน้อย ไม่นักหนาอะไร

จากสถิติทั่วประเทศประมาณว่าผู้ประกันตน 1 รายจะใช้บริการทางการแพทย์กับโรงพยาบาลที่รับประกันสังคมเพียงปีละ 2 ครั้งเท่านั้น

ผู้ป่วยวันละร้อยกว่า

คลินิกบางแห่งมีผู้ป่วยวันละร้อยกว่า ทั้งๆ ที่มีหมอตรวจ-รักษาอยู่เพียงคนเดียว ฟังเผินๆ เหมือนเรื่องเหลือเชื่อแต่ก็เป็นเช่นนั้นจริงๆ ไม่รู้ว่าเขาทำได้อย่างไร ซึ่งเมื่อมาคิดดูแล้ว จริงๆ มันก็ไม่ใช่เรื่องยาก ถ้าวัดบวกลบคูณหารดูว่า หากหมอทำงานไม่หยุดพักเลยสัก 7 ชั่วโมง โดยแต่ละชั่วโมงต้องตรวจ-รักษาผู้ป่วยประมาณ 20 ราย วันหนึ่งก็จะตรวจได้ 140 ราย แต่ถ้าพิจารณาให้ดีจะเห็นความผิดปกติ กล่าวคือหมอไม่ใช่เครื่องยนต์ จึงน่าจะมีอาการอ่อนเพลียกับเมื่อยล้าบ้างเมื่อต้องทำงานติดต่อกันตลอดวันวันละ 7 ชั่วโมง และหากต้องตรวจ-รักษาผู้ป่วยชั่วโมงละ 20 คน ก็แสดงว่า ผู้ป่วยแต่ละราย หมอจะใช้เวลาตรวจ-รักษาเฉลี่ยคนละแค่ 3 นาที ซึ่งไม่น่าจะทำได้ แต่เหตุใดหมอคนนั้นจึงสามารถเล่า? คำตอบก็คือเพราะผู้ป่วยส่วนมากมักไม่ได้มีโรคร้ายแรงอะไร (ซึ่งถ้าหัดรู้จักฟังตัวเองเสียบ้างก็ไม่ต้องหาหมอ) แต่หากผู้ป่วยเป็นโรคที่ไม่ธรรมดา (คือร้ายแรงผิดธรรมดา) การใช้เวลาเพียง 3 นาทีย่อมไม่ได้ผล เอาแค่ซักถามอาการก็ไม่ได้รายละเอียดอยู่แล้ว ผู้ป่วยพวกนี้น่าสงสัยเพราะนอกจากป่วยเป็นโรคที่ไม่ธรรมดา เมื่อมาหาหมอแล้วหมอกลับทำเหมือนธรรมดา เท่ากับเสียโดยไม่รู้ตัว เพราะหลงเข้าใจผิดว่าไปหาหมอแล้วได้รับการตรวจ-รักษามาแล้วก็จบกัน แทนที่จะเฉลียวใจว่าถ้ามันยังไม่จบผลจะเป็นอย่างไร กว่าผู้ป่วยจะทันรู้ตัวและเปลี่ยนไปหาหมอคนอื่นเรื่องราวก็อาจจะสายเกินไป

อย่า ใช้ยามาก
อย่า อดจากชีวิต
อย่า บ้านานมอ



“...ผู้ป่วยบางประเภทไม่สามารถทำให้ป่วยน้อยลงได้
ด้วยการให้วัคซีนหรือส่งเสริมสุขภาพตามธรรมดา
แต่ต้องให้ความรู้เป็น การส่งเสริมสุขภาพทางปัญญา ด้วย...”

“...พ่อแม่สามารถทำให้ลูกเรียนเก่งได้ แต่ต้องมีวิธีการ
ที่สำคัญพ่อแม่ต้องให้ความอบอุ่นแก่ลูก ติดตามผลการเรียนของลูก
วิเคราะห์ปัญหาเพื่อพัฒนาลูก และหาเทคนิคการเรียนให้ลูก
ซึ่งเรื่องนี้มีเทคนิคดังที่ผู้เขียนได้สอนไว้...”

.....

เหมาะสำหรับผู้ที่ใส่ใจในสุขภาพ และเชื่อมั่นในทฤษฎี

“เศรษฐกิจพอเพียง”

ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ



กรมส่งเสริมสุขภาพ
นำเสนอหนังสือดี มีคุณค่า

e-book