

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัยและข้อเสนอแนะ

การศึกษาประสบการณ์การเยียวยาด้านจิตวิญญาณของผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับรังสีรักษาที่มีความผาสุกทางจิตวิญญาณ โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาแบบเฮร์แมนนิวติก (hermeneutic) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสบการณ์การเยียวยาด้านจิตวิญญาณของผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับรังสีรักษาที่มีความผาสุกทางจิตวิญญาณ โดยทำการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลแบบเฉพาะเจาะจงตามคุณสมบัติที่กำหนด จำนวน 10 ราย เก็บรวบรวมข้อมูลที่โรงพยาบาลศูนย์แห่งหนึ่งในภาคใต้ และวัดใกล้โรงพยาบาลแห่งหนึ่งที่จัดไว้เพื่อเป็นที่พักให้กับผู้ป่วยและญาติ พร้อมทั้งการบันทึกเทปขณะสัมภาษณ์ รวมทั้งการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม ตั้งแต่เดือนธันวาคม 2547 ถึงเดือน มกราคม 2549 และวิเคราะห์ข้อมูลทั้งหมดโดยดัดแปลงขั้นตอนการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปรากฏการณ์วิทยาของแวนมานเนน (van Manen, 1990) ซึ่งผลการวิจัยเป็นดังนี้

1. ผู้ให้ข้อมูลรับรู้ปัญหาและสภาวะจิตวิญญาณเมื่อมีความเจ็บป่วยและต้องได้รับรังสีรักษา ใน 5 ลักษณะ คือ 1) ท้อแท้ทุกข์ทรมานจากการรักษา 2) ห่วงลูก และหลานไม่มีผู้ดูแลและสั่งสอน 3) กลัวผลที่เกิดขึ้นจากการรักษาด้วยรังสี โดยได้สะท้อนความกลัวออกมาเป็น 4 ลักษณะ คือ 3.1) กลัวการสูญเสียสัมพันธภาพ 3.2) กลัวสูญเสียภาพลักษณ์ 3.3) กลัวความตาย และการแพร่กระจายของมะเร็ง 3.4) กลัวคนอื่นรังเกียจจากภาพลักษณ์ที่เปลี่ยนแปลงไป 4) เครียดจากทำงานไม่ได้ ขาดรายได้ และ 5) ทุกข์ใจจากความไม่แน่นอนของโรคและการรักษา

2. ผู้ให้ข้อมูลมีการรับรู้ความหมายความผาสุกทางจิตวิญญาณ ใน 3 ลักษณะคือ 1) การอยู่กับโรคได้อย่างสมดุล และมีความสุข ซึ่งแสดงการรับรู้ออกมาใน 5 ลักษณะ คือ 1.1) ยอมรับความตายเป็นไปตามกรรมและวัฏจักรของชีวิต 1.2) มีความสุขจากการทำบุญและกรรมดี 1.3) มีสิ่งศักดิ์สิทธิ์และกรรมดีคอยคุ้มครอง 1.4) มีความสุขจากการได้รับความรักความอบอุ่นจากครอบครัวและบุคคลรอบข้าง และ 1.5) การมีสติอยู่กับภาวะของโรค 2) มีจิตใจที่เข้มแข็ง และ 3) มีความหวังหล่อเลี้ยงใจ

3. ผู้ให้ข้อมูลได้ใช้ประสบการณ์เยียวยาด้านจิตวิญญาณ ใน 3 วิธีคือ 1) การใช้หลักธรรมคำสอนและแนวปฏิบัติทางพระพุทธศาสนา โดยได้ใช้แนวคิดวิธีการต่างๆ ใน 6 ลักษณะ คือ 1.1) คิดว่าเป็นเรื่องของกรรม การเป็นโรคมะเร็งและการรักษาด้วยรังสีรักษาเป็นผลจากกรรมเก่าทำในอดีต 1.2) เข้าใจธรรมชาติของชีวิต การเกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นธรรมดาของชีวิต ทำให้เข้าใจเกี่ยว

กับการเกิดขึ้นและดับไป ซึ่งเป็นวัฏจักรของชีวิต 1.3) สวคมนตรีอริยฐานให้สังกตศีลพิธี และ พระคัมภีร์ทำให้สบายใจและรู้สึกว่ามีที่พึ่งทางใจ 1.4) ยึดมั่นในบุญและกรรมดี โดยยึดมั่นในผล บุญที่ทำเพราะมีความเชื่อว่าการทำกรรมดีย่อมได้รับผลกรรมดีตอบแทน กรรมดีจะช่วยค้ำครอง และทำให้ใจสงบ 1.5) นั่งสมาธิท่อง พุท-โธ ช่วงจังหวะหายใจเข้า-ออก เพื่อให้ตนเองมีจิตใจจดจ่อ อยู่กับลมหายใจ จิตใจสงบไม่ฟุ้งซ่านและรู้สึกผ่อนคลาย 1.6) อ่านหนังสือธรรมะ เพื่อให้ยอมรับกับการเจ็บป่วย โดยการเรียนรู้มาจากการอ่าน นำหลักคำสอน วิธีการปฏิบัติต่างๆ ที่ได้มานำมา ปรับใช้เกิดการปรับความคิดเพื่อเปลี่ยนความหมายของการเจ็บป่วย 2) มีการปรับจิตโดยตนเอง และ เพื่อนผู้ป่วยด้วยกัน โดยมีการปรับจิตใน 3 ลักษณะ คือ 2.1) ใจต้องสู้ไม่ท้อแท้ เพราะเป็นสิ่งที่สำคัญ ในการที่จะต้องเผชิญกับโรคและการรักษาที่เกิดขึ้น 2.2) คิดว่าใจเป็นนาย กายเป็นบ่าว รับรู้ผล ของจิตใจจะมีผลต่อโรคทางกายจึงพยายามปรับจิตใจตัวเองให้เข้มแข็ง เพราะคิดว่าจิตเป็นตัวดึงกาย ให้มีพลังขึ้นมา 2.3) มีการปรับจิตคิดทางบวก เพื่อช่วยให้ตนเองสามารถยอมรับกับโรคและการ รักษาของตนเองได้ ทำให้ไม่รู้สึกทุกข์กับการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้น และ 3) การใช้ทางเลือกในการเผชิญ ความเครียดเป็นครั้งคราว เพื่อปรับเปลี่ยนความคิดและอารมณ์ตนเองใน 2 ลักษณะ คือ 3.1) ฟังเพลงที่ชอบ เพื่อใช้ในการปรับเปลี่ยนอารมณ์ และ 3.2) นั่งชื่นชมธรรมชาติ เพราะการที่ได้นั่งดู ธรรมชาติที่สวยงามและสดชื่นจะทำให้สบายใจ ไม่ต้องคิดมาก

4. สิ่งที่มีผลสนับสนุนต่อการเยียวยาด้านจิตวิญญาณ มี 3 ลักษณะคือ 1) ประสบการณ์ ที่มีมาก่อนการเจ็บป่วย ประกอบไปด้วย 3 ลักษณะ ได้แก่ 1.1) มีความศรัทธาในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ 1.2) บุคลิกภาพที่เข้มแข็ง และ 1.3) เคยปฏิบัติมาก่อน 2) การสนับสนุนจาก บุคลากรทางสุขภาพ ซึ่งได้แก่ 2.1) กิจกรรมคุณภาพชีวิต และ 2.2) การสนับสนุนกำลังใจจากแพทย์ และพยาบาล และ 3) การสนับสนุนจากสังคมใกล้ชิดตัว ซึ่งได้แก่ 3.1) การสนับสนุนกำลังใจจาก บุคคลในครอบครัว และ 3.2) การสนับสนุนกำลังใจจากเพื่อนผู้ป่วยด้วยกัน

5. สิ่งที่เป็นอุปสรรคต่อการเยียวยาในระยะของการปรับตัวตามการรับรู้ของผู้ป่วยมี 5 ประการ คือ ได้แก่ 1) อาการอ่อนเพลีย ที่เกิดจากการรักษาที่ต้องสูญเสียพลังงานขณะรับรังสี รักษา และ รับประทานอาหารได้น้อย 2) ปวดจากโรคและการรักษาจนไม่สามารถทำกิจกรรมใด 3) ความรู้สึกท้อแท้จากผลของการรักษา 4) จิตใจไม่สงบพอ และ 5) รอบข้างมีเสียงรบกวนทำให้จิต ไม่สงบ

ข้อเสนอแนะ

ผลจากการศึกษาประสบการณ์การเยียวยาด้านจิตวิญญาณของผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับรังสีรักษาที่มีความผาสุกทางจิตวิญญาณสามารถใช้เป็นแนวทางสำหรับการบริหารการพยาบาล การปฏิบัติการพยาบาล การศึกษาการพยาบาล และการวิจัยทางการพยาบาลดังนี้

ด้านการบริหารการพยาบาล

จากการศึกษาจะเห็นได้ว่าพยาบาลเป็นบุคคลหนึ่งที่มีความสำคัญมากในการส่งเสริมและสนับสนุนการเยียวยาจิตวิญญาณ ดังนั้นควรส่งเสริมศักยภาพของพยาบาลในการดูแลด้านจิตวิญญาณของผู้ป่วยให้สอดคล้องกับความเชื่อ สังคม และวัฒนธรรมของผู้ป่วย ซึ่งจะช่วยให้ผู้ป่วยมีการเยียวยาจิตวิญญาณของผู้ป่วยได้อย่างเหมาะสม

ด้านการปฏิบัติการพยาบาล

1. จากการศึกษาจะเห็นได้ว่าเพื่อนผู้ป่วยด้วยกันมีความสำคัญในการส่งเสริมและสนับสนุนการเยียวยาจิตวิญญาณ เพราะเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ร่วมในการเจ็บป่วย ดังนั้นพยาบาลจึงควรจัดกิจกรรม self help group ทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ สนับสนุนให้กำลังใจ ทำให้เกิดความหวังในการเผชิญกับโรคและการรักษาในกลุ่มผู้ป่วยด้วยกันเอง

2. จากการศึกษาจะเห็นได้ว่าบุคคลในครอบครัวเป็นบุคคลสำคัญที่มีความสำคัญในการส่งเสริมและสนับสนุนการเยียวยาจิตวิญญาณ เพราะเป็นแหล่งของความหมาย ความหวัง และกำลังใจ ในการเผชิญกับโรคและการรักษา ดังนั้นพยาบาลจึงควรส่งเสริมให้ญาติมีส่วนร่วมในการเยียวยาจิตวิญญาณ

3. พยาบาลควรมีความรู้เกี่ยวกับการพัฒนาจิต ดังนั้นจึงควรเข้าอบรมเพื่อให้มีความเข้าใจเกี่ยวกับการพัฒนาจิตที่ถูกต้อง เพื่อให้สามารถช่วยสอนหรือให้แนวทางการปฏิบัติที่ถูกต้องเมื่อผู้ป่วยต้องเผชิญกับความทุกข์ทรมานจากการเจ็บป่วยและการรักษา

4. จากการศึกษาจะเห็นได้ว่าประสบการณ์การเยียวยาจิตวิญญาณของผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับรังสีรักษาที่มีความผาสุกทางจิตวิญญาณ มีการยึดถือแนวคำสอนและหลักปฏิบัติที่ได้มาจากศาสนาพุทธมาเพื่อเยียวยาจิตวิญญาณของตนเอง ดังนั้นจึงควรจัดให้มีกิจกรรมต่างๆ เพื่อช่วยส่งเสริมด้านจิตวิญญาณให้กับผู้ป่วย ควรจัดให้มีการบรรยายธรรมในหน่วยงานให้ได้อย่างสม่ำเสมอ และต่อเนื่องเพื่อช่วยส่งเสริมสุขภาพจิตวิญญาณของผู้ป่วย และส่งเสริมการปรับตัวเพื่อให้สามารถอยู่กับโรคและการรักษาที่เกิดขึ้นได้ ทั้งนี้บุคลากรทางทีมสุขภาพเป็นบุคคลที่สำคัญในการ

สนับสนุน ดังนั้นควรเอื้ออำนวยให้ผู้ป่วยได้มีการปฏิบัติกิจกรรมทางศาสนา และจัดให้มีห้องที่เป็นสัดส่วนให้กับผู้ป่วย

ด้านการศึกษาการพยาบาล

ควรจัดหลักสูตร การเรียน การสอน ให้นักศึกษาพยาบาลได้ศึกษาและเข้าใจเกี่ยวกับหลักธรรมคำสอน และแนวปฏิบัติทางศาสนาพุทธ เพื่อช่วยส่งเสริมการเยียวยาด้านจิตวิญญาณของผู้ป่วย มะเร็งโดยสอดคล้องกับความเชื่อ สังคม และวัฒนธรรมของผู้ป่วย

ด้านการวิจัยทางการพยาบาล

1. นำผลการวิจัยที่ได้จากประสบการณ์จริงของผู้ป่วย เพื่อเป็นแนวทางในการหารูปแบบการเยียวยาจิตวิญญาณที่เหมาะสม
2. ควรศึกษาการเยียวยาจิตวิญญาณในกลุ่มศาสนาอื่นที่ไม่ใช่ศาสนาพุทธ ว่ามีความเหมือนหรือต่างกันอย่างไร
3. ควรศึกษาประสบการณ์เยียวยาจิตวิญญาณในกลุ่มผู้ป่วยเรื้อรังอื่นๆ ที่ต้องใช้ชีวิตอยู่กับโรคเป็นระยะเวลานาน เช่น โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง โรคเบาหวาน โรคหัวใจ ว่ามีความเหมือนหรือต่างกันอย่างไร

ประสบการณ์ที่ได้จากการเรียนรู้ที่ได้รับจากการทำวิจัย

จากการศึกษาเกี่ยวกับประสบการณ์การเยียวยาจิตวิญญาณของผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับรังสีรักษาที่มีความผาสุกทางจิตวิญญาณ ซึ่งเป็นการศึกษาเชิงคุณภาพทำให้เกิดความเข้าใจเกี่ยวกับกระบวนการเยียวยาจิตวิญญาณของผู้ป่วยมะเร็งรังสีรักษาที่มีความผาสุกทางจิตวิญญาณ ทำให้ผู้วิจัยเกิดการเรียนรู้ดังนี้

1. ได้เข้าใจเกี่ยวกับประสบการณ์การเยียวยาจิตวิญญาณของผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับรังสีรักษาที่มีความผาสุกทางจิตวิญญาณจากการบอกเล่าผ่านประสบการณ์จริงของผู้ให้ข้อมูล ทำให้เข้าใจ ปัญหาและสภาวะจิตวิญญาณของผู้ป่วย ความหมายของความผาสุกทางจิตวิญญาณ การเยียวยาเพื่อให้เกิดความผาสุกทางจิตวิญญาณ สิ่งที่น่าสนใจและเป็นอุปสรรคในการเยียวยาจิตวิญญาณในระยะของการปรับตัว ซึ่งสามารถนำไปใช้ในการดูแลผู้ป่วยมะเร็งที่ได้รับรังสีรักษา หรือผู้ป่วยที่มีบริบทใกล้เคียงกัน
2. ทำให้มีประสบการณ์การทำวิจัยเชิงคุณภาพ แบบปรากฏการณ์วิทยาแบบเฮอรัแมนนิวติก (hermeneutic) ทำให้เกิดความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง

3. ทำให้เข้าใจว่ากระบวนการวิจัยเชิงคุณภาพต้องใช้ความมานะ อดทน และเพียรพยายาม ต้องใช้ทั้งกำลังกาย และกำลังใจ เพื่อให้งานที่เกิดขึ้นสำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

4. ทำให้ผู้วิจัยได้สัมผัสกับพระธรรมที่แท้จริง โดยมีโอกาสเข้าฝึกอบรมวิปัสสนากรรมฐาน หลักสูตร 10 วันของท่านอาจารย์โกเอ็นก้า ทำให้มีความเข้าใจในหลักธรรม แนวปฏิบัติของศาสนา พุทธได้อย่างลึกซึ้ง ซึ่งสามารถนำหลักธรรมและการปฏิบัติที่ได้ไปใช้ในการดำเนินชีวิตของตนเอง ได้ดี

ข้อจำกัดของการวิจัย

จากการศึกษาในครั้งนี้ พบว่าผู้ให้ข้อมูลนับถือศาสนาพุทธทั้งหมด ดังนั้นประสบการณ์การ เยียวยาด้านจิตวิญญาณที่ผู้ป่วยใช้จึงมีความเกี่ยวข้องกับหลักธรรมคำสอนและแนวทางปฏิบัติที่มีความเกี่ยวข้องกับศาสนาพุทธจึงเป็นข้อจำกัดในการนำไปใช้กับผู้ป่วยรายอื่นที่ไม่ได้นับถือศาสนา พุทธ เนื่องจากความเชื่อและวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน