

ขอบคุณ
มะเร็ง
ที่เข้ามา
บ่มชีวิต

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

National Library of Thailand Cataloging in Publication Data

หลิน สุพรรณิ.

ขอบคุณมะเร็งที่เข้ามาป่วนชีวิต.-- กรุงเทพฯ : ส.เอเชียเพรส (1989) จำกัด,
2567.

272 หน้า.

1. มะเร็ง. 2. มะเร็ง -- การดูแลตนเอง. I. ชื่อเรื่อง.

614.5999, 4

ISBN 978-616-612-320-3

© สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ (ฉบับเพิ่มเติม) พ.ศ. 2558

ISBN : 978-616-612-320-3

พิมพ์ครั้งแรก : เมษายน 2567

จัดพิมพ์โดย : Artbook

พิสูจน์อักษร : ชनावรรณ

ศิลปกรรมภาพปก : “ไข่น้อย”

รูปเล่ม : Artbook โทร. 0962952528

พิมพ์ที่ : บริษัท ส.เอเชียเพรส (1989) จำกัด

143, 145 รามคำแหง 42 แขวงหัวหมาก เขตบางกะปิ กรุงเทพฯ 10240

ราคา 250 บาท

คำนำผู้เขียน

ชีวิตคนเรามักมีสิ่งท้าทายเข้ามาทดสอบเสมอ เมื่อเราผ่านมันไปได้ทีละอย่าง เราจะมีความแข็งแกร่งขึ้นเรื่อย ๆ บททดสอบก็จะหนักขึ้นเรื่อย ๆ เช่นกัน

บททดสอบล่าสุดของฉันมาในรูปแบบ “มะเร็งระยะสุดท้าย” มันทำให้ฉันแทบจะเอาชีวิตไม่รอด ถึงขนาดที่เคยจะยอมแพ้ให้กับความเจ็บปวดทรมานที่แสนสาหัสทั้งทางร่างกายและจิตใจ แต่จนแล้วจนรอดฉันก็ผ่านมันมาได้

หลังจากที่ฉันตัดสินใจเขียนหนังสือถ่ายทอดประสบการณ์การเป็นมะเร็งระยะสุดท้าย ฉันตื่นนอนเร็วกว่าปกติวันละ 2 ชั่วโมงเพื่อบานั่งเขียนหนังสือเล่มนี้ 2 ชั่วโมงในแต่ละวันเป็นเวลาที่ได้พบทวนตัวเอง ตีמד้ากับเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตของการเป็นผู้ป่วยมะเร็ง หลายครั้งที่ฉันน้ำตาไหลขณะเขียนหนังสือเล่มนี้ ฉันรู้ว่าน้ำตาที่ไหลออกมาไม่ใช่ น้ำตาแห่งความเศร้าใจกับความโชคร้ายของตัวเอง แต่เป็นน้ำตาแห่งความปลื้มปิติที่ฉัน “อดทนต่อสู้” จนผ่านมันมาได้และมีชีวิตรอดมาได้ 2 ปีแล้ว

แม้มะเร็งได้ทำให้ฉันเจ็บปวดทุกข์ทรมานอย่างแสนสาหัส ลึ้นหวังที่สุดในชีวิต และยังทำให้ร่างกายของฉันเปลี่ยนไปในทางที่ไม่ดีหลายต่อหลายอย่างซึ่งไม่มีทางกลับไปเป็นเหมือนเดิมอีกตลอดกาล แต่ในอีกแง่มุมหนึ่งมะเร็งก็ทำให้ฉันได้เรียนรู้จากทั้งหมดนั้นที่มันได้มอบให้ฉัน และมันได้สร้างคุณประโยชน์มากมายในชีวิตของฉันเช่นกัน จนฉันเชื่อในคำพูดที่ว่า “ทุกอย่างที่เกิดขึ้นล้วนดีเสมอ”

เมื่อฉันมีชีวิตรอดมาถึงวันนี้ ทุกวันฉันรู้สึกว่าคุณรักและห่วงหา ร่ากายนี้มากยิ่งขึ้นกว่าเดิม ฉันบอกตัวเองว่า “อย่างน้อยฉันยังมีร่างกายให้ฉันได้ใช้ชีวิต ถึงแม้จะเป็นร่างกายที่ไม่ได้ดีเหมือนเดิมก็ตาม” ฉันรู้ดีว่าการมีชีวิตอยู่เป็นสิ่งที่มีความหมายมาก ฉันอาจมีเวลาเหลืออยู่ไม่มากนัก ดังนั้นฉันไม่ควรใช้เวลาแม้แต่นาทีเดียวให้หมดไปกับการจมปลักกับความทุกข์ ฉันควรใช้เวลาที่เหลืออยู่ให้มีความสุขในทุกๆ นาที

ฉันกล้าพูดได้เลยว่า “มะเร็งทำให้ฉันมีความสุขกับสิ่งต่างๆ รอบตัวได้ง่ายขึ้น”

หนังสือเล่มนี้ต้องการจะตะโกนบอกทุกคนทั้งที่เป็นผู้ป่วยญาติของผู้ป่วย และผู้ไม่ได้ป่วยว่า “มะเร็งไม่ได้น่ารังเกียจและไม่ได้น่ากลัวอย่างที่คิด”

สำหรับผู้ที่กำลังป่วย ฉันอยากบอกพวกเขาว่า อย่าเพิ่งหมดหวัง ขอให้กำลังใจและจิตใจที่เข้มแข็ง “สู้ให้ถึงที่สุด” สำหรับผู้ที่เป็นญาติของผู้ป่วย หนังสือเล่มนี้จะเป็นกำลังใจและแนะนำวิธีปฏิบัติตัวที่จะ “ต่อสู้” ไปกับผู้ป่วยด้วยกัน ที่สำคัญที่สุด ฉันอยากบอกญาติๆ ทั้งหลายของผู้ป่วยว่า “พวกคุณเป็นแหล่งกำลังใจที่สำคัญที่สุดที่จะทำให้ผู้ป่วยต่อสู้กับโรคร้ายนี้ได้” และสำหรับผู้ที่ไม่ได้เป็นผู้ป่วย คุณเป็นผู้โชคดีอย่างมาก หนังสือเล่มนี้จะช่วยเตรียมความพร้อมให้คุณ

ตั้งรับกับบททดสอบอันหนักหน่วงได้ หากว่าวันหนึ่งบททดสอบนี้อาจเกิดขึ้นกับคุณหรือคนในครอบครัวของคุณ

เหนือสิ่งอื่นใด ฉันอยากบอกกับทุกคนว่า “จงอย่าประมาทในการใช้ชีวิต” ฉันเองก็ไม่เคยคิดเลยว่าฉันจะเป็นมะเร็งระยะสุดท้าย แต่บททดสอบนี้ก็พุ่งชนเข้ามาที่ฉันอย่างไม่ทันตั้งตัว

มันเป็นบททดสอบที่เข้ามาแล้วมันก็ผ่านไป ไม่ว่าสุดท้ายแล้วมันจะผ่านไปในรูปแบบใดก็ตาม “อย่าเพื่อยอมแพ้ตั้งแต่ยังไม่ได้สู้” จงพยายามอย่างสูงสุดที่จะยอมรับความจริงให้ได้ ตั้งสติให้มีจิตใจที่เข้มแข็ง มีกำลังใจที่จะต่อสู้และอยู่กับมันให้ได้ในแต่ละวินาที ให้แต่ละวินาทีผ่านไปให้ได้ หากทำได้คุณจะมี “โอกาสที่จะเป็นผู้ชนะ” ใช่แล้ว “แม้แต่มะเร็งระยะสุดท้าย คุณก็อาจจะเป็นผู้ชนะมันได้”

ฉันหวังเป็นอย่างยิ่งว่าประสบการณ์ในหนังสือเล่มนี้จะเป็นประโยชน์ต่อผู้อ่าน ประสบการณ์ซึ่งเป็นบททดสอบที่แลกมาด้วยชีวิตของคนคนหนึ่งที่จะมอบให้กับผู้อื่นได้

“ขอบคุณมะเร็งระยะสุดท้ายที่เข้ามาป่วนชีวิต” ที่ทำให้ฉันมีบททดสอบอันล้ำค่า

หลิน สุพรรณิ

มีนาคม 2567

คำนิยม (รศ.นพ.กิตติ จันทรพัฒนา)

ในช่วงที่ผ่านมา ผมเห็นเพื่อนฝูงหลายคนหันมาให้ความสนใจกับการวิ่งออกกำลังกาย ได้ใส่รองเท้าวิ่งสีสวย ๆ มีเครื่องแต่งตัวเท่ ๆ แถมยังมีบันทึกสถิติการวิ่งของตัวเองในแต่ละครั้งอีกด้วย

คนที่สนใจจริงจัง ก็ไปลงแข่งขันในงานวิ่งต่างๆ ระยะเวลาใกล้บ้าง ไกลบ้าง ตามแต่ความฟิตของแต่ละคน ส่วนคนที่มีความฟิตเต็มที่ ก็ขยับไปแข่งขันระดับมาราธอน ระยะทาง 42.195 กิโลเมตร เป็นเป้าหมายที่นักวิ่งตัวจริงต้องการจะพิชิตให้ได้

ได้ฟังเหล่าบรรดานักวิ่ง เล่าถึงการฝึกซ้อมก่อนจะลงแข่งมาราธอนแต่ละครั้ง ผมอดชื่นชมถึงความพยายามของเขาเหล่านั้นไม่ได้ แนนนอนการเตรียมร่างกายให้สมบูรณ์ มีผลกำลัง สามารถพาร่างกายให้เข้าเส้นชัยได้ตามระยะทาง และเวลาที่กำหนด เป็นสิ่งที่นักวิ่งทุกคนจะต้องมี แต่อีกส่วนหนึ่งที่สำคัญจะขาดเสียไม่ได้ คือ “กำลังใจ” ที่คอยสั่งให้ขาแต่ละข้าง ยังคงก้าวต่อไป ในยามที่ร่างกายจะบอกว่าไม่ไหวแล้วก็ตาม

ผมมีโอกาสได้พบกับคุณสุพรรณิ ผ่านการฝากฝังของแพทย์รุ่นพี่ท่านหนึ่ง ได้มีโอกาสเป็นส่วนหนึ่งของการรักษา และติดตามความเป็นไป จนการรักษาครบถ้วนสมบูรณ์

ผมมีโอกาสได้อ่านหนังสือเล่มนี้ก่อนใคร ได้มีโอกาสได้เข้าใจอย่างลึกซึ้ง ถึงความสำคัญของคำว่า “กำลังใจ” ผ่านเรื่องราวอันยากลำบากในการรักษาตัว

“กำลังใจ” ที่คอยโอบอุ้ม ประคอง และเป็นที่พึ่งพิง ให้ผู้ป่วยคนหนึ่งๆ ได้ผ่านพ้นอุปสรรคต่างๆ

นักวิ่งมาราธอนกับผู้ป่วยมะเร็ง เก่งไม่แพ้กัน

การจะเอาชนะระยะทาง 42.195 กิโลเมตร นั้นไม่ใช่เรื่องง่าย

การจะเดินทางผ่านแต่ละขั้นตอนของการรักษามะเร็งนั้นก็ยากลำบากเช่นเดียวกัน

ผมขอคารวะหัวใจนักสู้ของคุณสุพรรณิ และเหล่าบรรดาลมไต้ปึกทุกคนที่คอยเป็น “กำลังใจ” พยุงให้คุณสุพรรณิ ฝ่าฟันผ่านมรสุมร้ายมาได้

ผมหวังว่าเรื่องราวที่คุณจะได้อ่านต่อไปนี้จะทำให้คุณได้มองไปรอบๆ ตัว แล้วหยิบยื่น “กำลังใจ” ให้ใครสักคนในยามที่เขาต้องการดูบ้างครับ

หมอกิตติ

สารบัญ

คำนำผู้เขียน	3
คำนำนิยาม	6
1. รักษาโรคฟันแต่ทำไมยังปวดฟันไม่หาย	15
2. คอบวมไม่หายสักที	17
3. ประสบการณ์ CT Scan ครั้งแรก	19
4. ผลการตรวจ CT Scan ครั้งแรก	22
5. ผ่าตัดระบายหนอง	27
6. แพ้ยาครั้งแรกในชีวิต	32
7. วินิจฉัยโรคในโรงพยาบาลที่ 2	34
8. วินิจฉัยโรคด้วยการเจาะชิ้นเนื้อตรวจ ครั้งที่ 1	37
9. ถูกส่งตัวไปตรวจในโรงพยาบาลที่ 3	42
10. พาพ่อแม่เที่ยวก่อนที่ชีวิตของฉันจะเปลี่ยนไปตลอดกาล	44
11. เปลี่ยนแนวไปหาหมอที่เป็นเพื่อนสมัยเรียนมัธยมของสามี	48
12. กว่าจะได้เข้าถึงอาจารย์หมอที่เชี่ยวชาญในโรคที่เป็นอยู่	50
13. ตรวจที่โรงพยาบาลที่ 4	52
14. เรื่องจริงหรือฝันร้าย	55
15. พยายามทำให้หายอมรับความจริง	61
16. พยายามทำตัวให้เป็นปกติ	69
17. บุญเก่า	71
18. เคลียร์งานเพื่อเข้าสู่กระบวนการรักษา	74

19. สิ่งที่ยากที่สุด จะบอกพ่อแม่และลูกอย่างไรดี	78
20. พร้อมเข้าสู่สนามรบ	82
21. กระบวนการตรวจการแพร่กระจายของมะเร็ง	85
22. พบจุดกำเนิดมะเร็งที่เพดานปาก	92
23. เตรียมความพร้อมเพื่อเข้ารับการผ่าตัด	96
24. เข้ารับการผ่าตัด	101
25. วันแรกหลังการผ่าตัด	107
26. กินอาหารทางสายยางให้อาหาร	115
27. ฝึกการนอนหลับจนไม่พึ่งยานอนหลับอีกต่อไป	125
28. เจ้ากรรมนายเวรหลังผ่าตัด	131
29. พยายามรักษากำลังใจและกำลังกาย	135
30. เตรียมความพร้อมของช่องปากก่อนการฉายแสง...	
ถอนฟัน 7 ซี่	139
31. รอยยิ้มที่ไม่เหมือนเดิม	146
32. บอกความจริงกับพ่อแม่	149
33. ทำ MRI หลังการผ่าตัด	152
34. ลงพื้นที่วิจัยเก็บข้อมูลครั้งแรกหลังการผ่าตัด	154
35. พ่อแม่มาอยู่ดูแล	157
36. การเตรียมตัวสำหรับการฉายแสง...	
เจาะหน้าท้องให้อาหารหรือไม่	162
37. พบรังสีแพทย์ครั้งแรก...	
รู้ความจริงว่าเป็นมะเร็งระยะสุดท้าย	166
38. การฉายแสงครั้งแรก	175
39. การฉายแสง 3 สัปดาห์แรก	179
40. รับการรักษาด้วยคีโมครั้งแรก	182
41. รับคีโมครั้งที่ 2 และ 3	190

42. ฉายแสงสัปดาห์ที่ 4 - 7	192
43. กินนมแทนอาหารเหลว	198
44. ฟันมอร์ฟีนระงับปวด	202
45. ทรมานกายและใจ	205
46. พี่ๆ เดินทางมาเยี่ยม	209
47. การฉายแสงครั้งสุดท้าย	212
48. จะรับคีโมต่อมั๊ย	215
49. ช่วงฟื้นฟูร่างกายและดูแลจิตใจ	218
50. ผังเข็ม	221
51. แม่กลับต่างจังหวัด	224
52. กลับไปทำงานตามปกติ	227
53. ชีวิตในร่างกายที่ไม่เหมือนเดิมอีกต่อไป	233
54. เข้าตู้อบออกซิเจนแรงดันบรรยากาศสูง	240
55. การดูแลร่างกายให้แข็งแรง	249
56. การดูแลจิตใจให้แข็งแรง	253
57. น้ำตาแห่งความปลื้มปิติ	259
58. ชีวิตอยู่เพื่ออะไร	261
59. บทสรุปสุดท้าย	266
ประวัติผู้เขียน	269


ขอบคุณ


มะเร็ง
ที่เข้ามา
ป่วย
ชีวิต

1. รักษารากฟันแต่ทำไมยังปวดฟันไม่หาย

เมื่อปลายปี 2563 ฉันปวดฟันและเริ่มรักษารากฟันสองซี่บนด้านซ้าย ตั้งแต่นั้นเป็นต้นมาฉันไปหาหมอฟันบ่อยมาก เรียกได้ว่าสัปดาห์เว้นสัปดาห์เลยทีเดียว เมื่อรักษาฟันเสร็จแล้ว เป็นกระบวนการของการใส่ครอบฟัน

ช่วงที่อยู่ในกระบวนการใส่ครอบฟัน อาการคอบวมด้านซ้ายก็เริ่มเกิดขึ้น ที่จริงฉันสังเกตเห็นมาสักระยะแล้วว่าคอด้านซ้ายบวม ซึ่งจะบวม ๆ ยุบ ๆ และไม่มีอาการปวดใดๆ เลย ฉันจึงไม่กระตือรือร้นที่จะไปหาหมอ แต่เมื่อคอบวมมากขึ้นและไม่ยุบลงเหมือนทุกครั้ง ฉันเริ่มไม่สบายใจจึงไปหาหมอหูคอจมูกที่คลินิกรุ่งอรุณ¹ ของโรงพยาบาลสงขลา ช่วงนั้นฉันต้องไปหาทั้งหมอฟันและหมอหูคอจมูกบ่อยมาก ๆ เวียนเข้าออกคลินิกหมอฟันและคลินิกหมอหูคอจมูกสลับกันแทบจะทุกสัปดาห์

ฉันจำได้ว่าครั้งแรกที่ไปพบหมอหูคอจมูก พยาบาลที่จุด

¹คลินิกที่เปิดทำการนอกเวลาราชการ เพื่อความสะดวกของคนไข้ที่ไม่ต้องลงงานเพื่อไปพบแพทย์

คัดกรองซักถามอาการและแนะนำให้พบหมอท่านที่เคยรักษาอาการ เช่นเดียวกันที่พยาบาลคนนี้เคยเป็นไข้หวัดลงคอ เมื่อหมอจ่ายยา ให้อาการบวมก็หายไป ฉันหวังว่าการรักษาของฉันจะจบลงได้ง่ายๆ แบบที่พยาบาลเล่าให้ฟัง

กระบวนการรักษารากฟันและครอบฟันเสร็จสิ้นสมบูรณ์ เมื่อวันที่ 21 กุมภาพันธ์ 2564 ฉันต้องจ่ายค่ารักษาฟันครั้งนี้ไปร่วมแสน บาท แต่เบิกกับประกันสังคมได้เพียง 900 บาท นี่เป็นการรักษาที่ต้อง จ่ายเงินเองมากที่สุดในชีวิต

หลังจากการรักษารากฟันเสร็จ อาการปวดฟันลดลงแต่ยังคงไม่ หายไป ที่แรกฉันก็ไม่แน่ใจว่าเมื่อรักษารากฟันเสร็จแล้วอาการปวดฟัน จะยังคงอยู่หรือหายไป ฉันทนปวดนานแรมเดือน ในที่สุดจึงเอ่ยปาก ถามสามีและเพื่อนๆ ที่เคยรักษารากฟัน ทุกคนต่างตอบเป็นเสียง เดียวกันว่า “ไม่มีอาการปวดอีกเลย” ทำให้ฉันต้องกลับไปคลินิกหมอ ฟันที่รักษารากฟันให้ฉัน หมอฟันให้ฉันเอกซเรย์ฟัน และตรวจอย่าง ละเอียดแต่ก็ไม่พบอาการผิดปกติอะไร

แม้จะมีอาการปวดฟันเกือบตลอดเวลา แต่ฉันก็สามารถใช้ชีวิต ประจำวันได้ตามปกติ มีเพียงแต่การเลี่ยงการเคี้ยวอาหารด้านซ้าย และเวลาแปรงฟันก็ต้องแปรงเบาๆ บริเวณฟันทั้ง 2 ซี่ที่ปวดเพื่อไม่ ไปรบกวนบริเวณที่ปวดมากนัก ก็ถือว่ามีข้อดี คือ การได้ฝึกสติมาก ขึ้นเวลาเคี้ยวอาหารและแปรงฟัน

2. คอบวมไม่หายสักที

4 กุมภาพันธ์ 2564 หมอหุคจุมุกที่โรงพยาบาลสงขลา เกะยอให้ฉันทำอัลตราซาวนด์ พบว่ามีถุงน้ำที่คอด้านซ้าย แต่ก็ไม่พบสิ่งผิดปกติอะไร หมอให้ยาฆ่าเชื้อมากิน 7 วันเพื่อดูว่าอาการบวมจะลดลงหรือไม่ เมื่อกินยาครบหมดแล้วอาการบวมหายไป แต่ค่อยๆ กลับมาบวมอีก ฉันจึงสงสัยว่าอาการที่ฉันเป็นคงไม่ใช่ “ไข้หวัดลงคอ” อย่างที่พยาบาลจุดคัดกรองเคยเล่าให้ฟัง

เมื่ออาการบวมกลับมาอีก หมออธิบายว่า “บริเวณคอมีเส้นประสาทที่เชื่อมโยงสมองกับร่างกายอยู่มาก หากผ่าตัดแล้วไปโดนเส้นประสาทอาจทำให้เกิดความเสี่ยงมาก เช่น อาจไปโดนเส้นประสาทที่ควบคุมกล้ามเนื้อบริเวณมุมปาก ซึ่งจะทำให้เวลายิ้ม มุมปากข้างซ้ายอาจตกลงมาได้ หรือเรียกว่า “ปากเบี้ยว” ก็น่าจะได้” ด้วยการที่ฉันถามหมอหลายคำถาม หมอจึงค้นภาพจากอินเทอร์เน็ตที่หน้าจอคอมพิวเตอร์ที่โต๊ะของหมอ หมอหันหน้าจอคอมพิวเตอร์มาให้ฉันดูภาพ ฉันจึงเข้าใจว่าการยิ้มมุมปากตกเป็นอย่างไร

ตอนนั้นฉันใจไม่ค่อยดีเลย เพราะถึงแม้ว่าฉันจะไม่ใช้ผู้หญิง

ที่สวองามหุ่นดี แต่ใครๆ ก็มักจะชื่นชมรอยยิ้มที่สดใสสวองาม
ของฉัน รอยยิ้มจึงเป็นสิ่งที่ฉันภาคภูมิใจ ทุกวันฉันชอบมอง
ตัวเองยิ้มในกระจก เพราะรู้สึกว่าได้เพิ่มกำลังใจให้กับตัวเองจาก
รอยยิ้มที่น่าประทับใจ

ครั้งนี้หมอตัดสินใจยังไม่ผ่าตัด แต่ได้เจาะเซลล์บริเวณคอที่
บวมไปตรวจทางพยาธิวิทยา หมออธิบายว่าหมोजจะใช้เข็มเบอร์เล็ก ๆ
เจาะเข้าไปที่คอที่บวมเพื่อดูดเอาน้ำบริเวณนั้นออกไปตรวจในแลป
หมอเอาเข็มที่จะเจาะให้ดู รู้สึกใจชื้นขึ้นเยอะเพราะเข็มเล็กกว่าเข็ม
บริจาคเลือดเยอะเลย ฉันคุ้นเคยกับเข็มฉีดยาดี เพราะบริจาคเลือด
เป็นประจำอยู่แล้ว เมื่อหมอเจาะเข้าไปตรงที่คอบวม ฉันไม่รู้สีกกลัว
และไม่เจ็บอะไร หมอเปลี่ยนยาฆ่าเชื้อตัวใหม่ให้ฉันเพื่อดูว่าอาการ
บวมจะลดลงหรือไม่

2 มีนาคม 2564 ถึงวันที่หมอนัดฟังผลตรวจเซลล์ที่เจาะไป ผล
ออกมาปกติ ฉันเล่าอาการบวมให้หมอฟังว่ากินยาสามวันแรกคอที่
บวมก็ยุบลง แต่วันที่สี่ก็เริ่มบวมอีกและบวมมากขึ้นจนหน้าบวมเปียว
ไปด้วย พร้อมกับมีอาการปวดมากด้วย จนไม่อยากพูด ไม่อยากอ้า
ปากกินข้าวเลย ครั้งนี้หมอเริ่มทำท่าแปลกใจ เลยตัดสินใจให้ฉันทำ
CT Scan โดยต้องทำตารางนัดล่วงหน้า

โชคดีที่ช่วงนี้ทุกคนใส่หน้ากากอนามัยป้องกันโควิด-19 ฉันจึง
ได้โอกาสปกปิดอาการหน้าบวมไปด้วย ไม่เช่นนั้นต้องอายผู้คนอย่าง
มาก

3. ประสบการณ์ CT Scan ครั้งแรก

9 เมษายน 2564 ที่โรงพยาบาลสงขลา วันนี้ฉันได้รับประสบการณ์ CT Scan ครั้งแรกในชีวิต เมื่อเปลี่ยนใส่ชุดคนไข้เสร็จ พยาบาลเจาะเลือดและค้ำเข็มไว้ที่หลังมือด้านขวาเพื่อจะฉีดสารทึบรังสีเข้าไปในเส้นเลือดตอนที่ทำ CT Scan พยาบาลถามฉันว่า “แพ้ยาล้างและอาหารทะเลหรือไม่คะ” ฉันตอบว่า “ไม่แพ้ย่ะ” พยาบาลไม่ได้ถามอะไรต่อ ซึ่งสร้างความสงสัยให้ฉันเป็นอย่างมาก แต่ฉันไม่ได้ซักถามอะไรเพราะเห็นว่าพยาบาลมึนงงมากอยู่แล้วจึงไม่อยากทำให้พยาบาลมาเสียเวลากับฉัน

ฉันเก็บเอาความสงสัยนี้มาค้นหาข้อมูลภายหลังจึงรู้ว่า สารทึบรังสี (เรียกสั้น ๆ ว่าสารสี) ที่ฉีดเข้าหลอดเลือดขณะทำ CT Scan เป็นสารที่มีความไวต่อรังสีเพื่อทำให้ได้ภาพจากการตรวจเอกซเรย์มีความคมชัด และสามารถมองเห็นร่องรอยของโรคได้อย่างชัดเจนมากขึ้น สารทึบรังสีนี้เป็นสารที่มีส่วนผสมของไอโอดีน ดังนั้นผู้ที่ป่วยโรคภูมิแพ้ หอบหืด ไทรอยด์ โรคไต แพ้อาหารทะเล หรือสงสัยว่าตั้งครรภ์

จึงเป็นกลุ่มคนที่จำเป็นต้องระวังในการฉีดสารทึบรังสี²

เมื่อถึงคิวของฉัน พยาบาลพาฉันไปที่ห้อง CT Scan ในห้องนั้นมีเครื่องที่มีรูปร่างคล้ายโดนัทขนาดใหญ่หุ้มาวางในแนวตั้ง และมีเตียงขนาดความกว้างพอดีตัวอยู่ปากทางวงโดนัทยักษ์นั้น พยาบาลบอกให้ฉันขึ้นไปนอนบนเตียง หมอที่ประจำห้อง CT Scan ใส่สายรัดวัดความดัน และอธิบายการปฏิบัติตัวขณะทำ CT Scan ว่า “หมอจะสแกนบริเวณคอนะคะ เพื่อให้ได้ภาพที่ชัดเจนให้คนไข้คนหนึ่งๆ กลับตา เมื่อหมอบอกห้ามกลืนน้ำลายก็ต้องทำตามนะคะ และจะให้กลืนน้ำลายได้เป็นช่วงๆ ค่ะ หมอขอทดสอบการไหลของสารสีที่จะฉีดเข้าไปในเส้นเลือดหน่อยนะคะ หมอจะทดสอบด้วยน้ำเกลือก่อนว่ามันเข้าไปในเส้นเลือดได้ดีมั๊ย แต่พอถึงเวลาที่หมอฉีดสารสีจริง ๆ แล้ว คนไข้จะรู้สึกร้อนๆ ตามทวารทั้งหมด ไม่ว่าจะเป็นปาก หู จมูก ทวาร และช่องคลอดนะคะ ไม่ต้องตกใจค่ะ พอเสร็จแล้วก็จะหายค่ะ”

ขณะที่ฉันฟังหมออธิบายต่างๆ นานา ฉันได้แต่หลับตาฟังด้วยความตั้งใจและพยักหน้ารับทราบเป็นระยะๆ เมื่อถึงเวลาเริ่มการทำ CT Scan หมอและผู้ช่วยหมอเลื่อนเตียงที่ฉันนอนเข้าไปข้างในวงโดนัทยักษ์นั้น ฉันรู้ตัวทันทีว่าฉันต้องเริ่มกำหนดสติอยู่กับลมหายใจในทันทีเพื่อไม่ให้ตัวเองรู้สึกเป็นกังวลมากเกินไป ฉันรับรู้การเดินทางของลมหายใจที่เข้าสู่และออกสุดอย่างที่เคยฝึกมาเมื่อนานมาแล้ว ตอนนี้มันได้ประโยชน์จริงๆ เพราะฉันรู้สึกสงบและไม่รู้สึกกลัว เมื่อได้ยินเสียงหมอบอก “ห้ามกลืนน้ำลาย” “กลืนน้ำลายได้” ซึ่งเป็นเสียงพูดผ่านไมโครโฟนในห้องเล็กๆ ที่มีคอมพิวเตอร์ควบคุม

² ที่มา <https://www.rama.mahidol.ac.th/radiology/sites/default/files/public/pdf/km/contrast200917.pdf>

เครื่อง CT Scan ฉันก็ปฏิบัติตามเสียงที่ได้ยิน และยังรู้สึกได้ว่าแขนที่ใส่สายรัดวัดความดันถูกบีบเป็นระยะๆ เพื่อวัดความดัน เมื่อหมอบอกว่า “จะฉีดสารสีเข้าเส้นเลือดแล้วนะคะ” ฉันรู้สึกได้ทันทีว่าตามรูทวารต่างๆ ของร่างกายร้อนผ่าวขึ้นมาทันที ฉันก็กำหนดจิต “ร้อน” “ร้อนร้อน” ไปทีละจุด น่าแปลกใจที่ในใจฉันรู้สึกสนุกและรับรู้ความร้อนผวานั้นได้อย่างชัดเจน

เมื่อทำ CT Scan เสร็จ ซึ่งน่าจะใช้เวลาประมาณ 15 - 20 นาที หมอและพยาบาลเอาสายรัดวัดความดันและเข็มที่หลังมือออกให้ฉัน พร้อมกับอธิบายว่า “กลับบ้านให้ดื่มน้ำเยอะๆ สารที่ฉีดเข้าไปจะได้ขับออกมากับปัสสาวะ ถ้ามีอาการปวดหัวหรืออาเจียน ให้กลับมาที่โรงพยาบาลโดยเร็ว ไม่ควรหายาทานเองนะคะ”

ระหว่างทางที่สามีขับรถพาฉันกลับบ้าน ฉันเล่าประสบการณ์การทำ CT Scan ให้สามีฟังอย่างละเอียดด้วยความภาคภูมิใจราวกับเด็กที่ได้มีประสบการณ์ที่น่าตื่นเต้นหวาดเสียวแต่ก็ผ่านมันไปได้ด้วยดี

4. ผลการตรวจ CT Scan ครั้งแรก

18 เมษายน 2564 สามีพาฉันไปพบหมอที่คลินิกรุ่งอรุณตามนัด เพื่อฟังผล CT Scan เมื่อหมออ่านรายงานการตรวจ CT Scan เสร็จแล้ว หมอบอกว่ามีเนื้องอกขนาดเล็กซึ่งไม่ใช่เนื้อร้าย หมอตัดสินใจที่จะยังไม่ทำอะไรกับเนื้องอก เพราะเป็นจุดที่มีทั้งต่อมน้ำลายและเส้นประสาทจำนวนมากที่ควบคุมกล้ามเนื้อของใบหน้า แต่ต้องตรวจติดตามเป็นระยะๆ นอกจากนี้ ผลของ CT Scan ยังพบถุงน้ำ ซึ่งคาดว่าน่าจะเป็นอาการอักเสบด้านในจนเกิดเป็นหนอง ทำให้มีอาการปวดมากและมีไข้บ่อยๆ ร่วมด้วย หมอจึงเขียนใบส่งตัวให้ฉันเข้ารับการรักษาเพื่อระบายหนอง หมอให้ฉันเข้า admit ภายในวันนั้น ช่วงบ่าย ซึ่งจะต้องพักอยู่ที่โรงพยาบาลห้าวัน

ฉันและสามีตกใจเล็กน้อยที่หมอให้ฉันเข้ารับการรักษาผ่าตัดทันที ถึงแม้ว่าจะเป็นผ่าตัดเล็กที่แค่เป็นการระบายหนองเท่านั้นก็ตาม

เมื่อพบหมอเสร็จ สามีพาฉันกลับบ้านเพื่อเตรียมของใช้ที่จำเป็นในการไปอยู่โรงพยาบาล 5 วัน ขณะที่อยู่ในรถฉันกังวลเกี่ยวกับเนื้องอกที่คอของฉัน ฉันคิดวนไปวนมาจึงนึกออกว่าสามีเคย

เล่าให้ฟังว่าที่คอด้านขวาของสามีก็มีก้อนซิสต์ที่ตรวจเจอมาเป็น 10 กว่าปีแล้ว ฉันเลยขอดูและจับๆ ดูก้อนซิสต์นั้น สามีเล่าให้ฟังอีกครั้งว่ามันไม่โตขึ้นและไม่เจ็บอะไร หมอแนะนำว่าไม่ต้องผ่าตัดด้วยเหตุผลเดียวกับที่หมอของฉันบอกในวันนี้ ฉันเลยหายกังวลใจไปได้เยอะ

เมื่อถึงบ้าน ฉันนั่งคุยกับลูกที่กำลังเรียนออนไลน์ เพราะสถานการณ์โควิด-19 ทำให้โรงเรียนทั่วประเทศต้องจัดการเรียนการสอนแบบออนไลน์ การอธิบายให้ลูกชายในวัยประถมหกที่เห็นแม่คอบวมๆ ยุบๆ มาสักระยะให้เขาเข้าใจว่าแม่จำเป็นต้องผ่าตัดและอยู่โรงพยาบาล 5 วันก็ไม่ใช่ว่าเรื่องยากมากนัก ฉันอธิบายให้ลูกฟังถึงผลการตรวจ CT Scan เมื่อฉันอธิบายเสร็จ ลูกมีคำถามเดียว

ลูก : แล้วแม่จะยิ้มปากเบี้ยวเหมือนรูปที่แม่เคยเอาให้ดูไหม

แม่ : แม่ก็ไม่รู้เหมือนกันลูก หมอบอกว่าก็มีโอกาสปากเบี้ยวหรือไม่เบี้ยว แต่หมอยะพยายามทำให้ดีที่สุด แต่ถ้าแม่จะปากเบี้ยวก็ยิ่งดีกว่าหน้าบวม คางบวมมากอย่างนี้ หรืออาจจะบวมมากกว่านี้ หรือเป็นอะไรมากขึ้นก็ได้ ไข้ไหมลูก

ลูก : ก็ใช่ครับ ถ้าแม่ปากเบี้ยว แม่ก็ใส่ mask ไว้ตลอดเวลาก็ได้ไม่เป็นไร ขอให้แม่หายก็พอแล้ว

แม่ : ขอบใจมาก ๆ นะลูก (ฉันกอดลูกไว้แน่น)

สามีและฉันตกลงกันว่า จะขอให้ลูกพี่ลูกน้องของสามีที่อยู่หาดใหญ่มาอยู่ที่บ้านคอยดูแลลูกให้ ส่วนสามีจะไปเฝ้าไข้ที่โรงพยาบาลเพราะตามกฎหมายของโรงพยาบาลที่ว่าห้องพิเศษจะต้องมีคนเฝ้าไข้ ที่แรกฉันกังวลว่าลูกจะงอแงที่ต้องอยู่กับน้าชายในวัยที่เพิ่งเรียนจบปริญญาตรีและไม่ค่อยสนิทกันมากนักถึง 5 วัน แต่ลูกกลับไม่

กังวลเรื่องนี้เลย แต่กลับกังวลเรื่องของแม่ ตอนนั้นฉันบอกกับตัวเอง
ทันทีว่า “ฉันจะต้องไม่ทำให้ลูกเป็นกังวลในตัวฉัน ฉันต้องทำได้”

เสร็จจากการพูดคุยทำความเข้าใจกับลูก ก็ถึงเวลาที่ต้องอธิบาย
ให้พ่อและแม่ที่อยู่ไกลถึงจังหวัดหนองคายให้เข้าใจว่าฉันจำเป็นต้อง
ต้องรับการผ่าตัด โศคติที่ฉันได้โทรศัพท์คุยกับพ่อแม่แบบที่เห็นหน้า
ค่าตากันเป็นประจำ พ่อแม่จึงเห็นอาการบวมที่คอและหน้าของฉัน
พ่อแม่ถามไถ่อาการมาโดยตลอด การอธิบายครั้งนี้จึงไม่ลำบากมาก
นัก แต่ฉันรู้ว่าท่านกังวลพอสมควร ท่านอวยพรให้การผ่าตัดผ่านไป
ด้วยดี

เมื่อเสร็จภารกิจทุกอย่างแล้ว เพียงครึ่ง สามิพาฉันไปที่
โรงพยาบาลสงขลา เกะยอ เมื่อยืนโบส่งตัวเสร็จแล้วเราเดินไปที่ตึก
ผู้ป่วยใน พยาบาลซักประวัติและอาการ วัดความดัน วัดไข้ซึ่งฉันมี
ไข้อ่อนๆ 39 องศา ทำให้ต้องอธิบายพยาบาลว่าฉันไม่ใช่กลุ่มเสี่ยง
โควิด-19 แต่ที่มีไข้เพราะมีการอักเสบที่คอ เพื่อความมั่นใจพยาบาล
จึงให้ฉันตรวจ ATK (Antigen Test Kit) ผลออกมาว่าฉันไม่ได้เป็น
โควิด-19 พยาบาลจึงให้ฉันเปลี่ยนใส่ชุดคนไข้แล้วไปนอนที่เตียงใน
ห้องรวมเพราะยังไม่มีห้องพิเศษว่าง เมื่อสามิพาฉันไปส่งที่เตียงเสร็จ
ก็กลับบ้านเพื่อไปซื้ออาหารและผลไม้แช่ในตู้เย็นให้ลูกและน้ำชายที่
จะช่วยมาดูแลลูก

ครั้งนี้เป็นครั้งแรกที่ฉันมีประสบการณ์การอยู่โรงพยาบาลใน
ห้องรวม จะว่าไปแล้วอาจจะไม่ใช่ครั้งแรก เพราะตอนฉันอายุประมาณ
9 ขวบ ฉันเคยเข้ารับการรักษาที่โรงพยาบาลหนองคายด้วยโรคไข้
เลือดออกชั้นรุนแรงที่เกือบจะเอาชีวิตไม่รอด จนหมอที่รักษาดังฉายา
ให้ฉันว่า “บุญรอด” ตอนนั้นฉันอาจจะเคยเข้าพักในห้องรวมแบบนี้ก็ได้

เพียงแค่ฉันทำอะไรไม่ได้เลย

ช่วงเวลา 3 ชั่วโมงที่นอนอยู่บนเตียงในห้องรวม ที่แรกฉันตั้งใจจะอ่านหนังสือที่เตรียมมา แต่สภาพบรรยากาศในห้องไม่เอื้ออำนวยให้ฉันทำอย่างที่ตั้งใจได้ ฉันได้พบเทวทูต 2 ประเภท คือ คนแก่ และคนเจ็บ คนเจ็บส่วนใหญ่เป็นคนแก่ บางคนยังเด็กแต่ก็เป็นคนเจ็บ ฉันมองไปรอบๆ ห้อง พบอาการต่างๆ นานาของเทวทูต บางคนร้องโอดโอยเพราะความเจ็บปวด บางคนด่าทอพยาบาลด้วยคำที่หยาบคาย เพราะพยาบาลต้องมัดแขนขาของคนไข้ให้ยึดติดกับเตียงเพื่อไม่ให้เขาดิ้นส่ายน้ำเกลือออก บางคนนั่งหรือนอนอย่างสงบด้วยหน้าตาที่อมทุกข์อย่างสาหัสซึ่งไม่ต่างจากตัวฉัน ส่วนญาติๆ ของคนป่วยทั้งหญิงและชายก็ดูแลคนป่วยอย่างแข็งขันด้วยสีหน้าที่เป็นทุกข์ไม่น้อยไปกว่าคนป่วยเลย

สิ่งที่ฉันเห็นทำให้ฉันเข้าใจชีวิตมากขึ้น ไม่มีใครหลีกเลี่ยงความเจ็บป่วยและความแก่ไปได้ เราไม่มีทางรู้ได้เลยว่าความเจ็บป่วยจะมาหาเราเมื่อไหร่ และความเจ็บป่วยนี้ไม่ใช่เราเท่านั้นที่เป็นทุกข์ แต่คนที่รักเราก็เป็นทุกข์ด้วยทั้งๆ ที่พวกเขาไม่ได้เจ็บป่วยเลย ดังนั้นเราไม่ควรประมาทในการใช้ชีวิตที่จะป้องกันความเจ็บป่วยเพื่อตัวเราเองและคนที่เรารัก

ฉันถามตัวเองว่าที่ผ่านมาฉันประมาทหรือเปล่า เมื่อพิจารณาแล้วคำตอบที่ฉันให้กับตัวเองคือ “ไม่” เพราะฉันออกกำลังกาย วิ่งว่ายน้ำ สัปดาห์ละ 4 - 5 วัน ฉันไม่กินเหล้า ไม่สูบบุหรี่ นอนเพียงพอ แล้วทำไมฉันถึงป่วย เมื่อคิดมาถึงตรงนี้ ฉันก็หยุดคิดต่อเพราะไม่อยากรจะปวดหัวมากไปกว่านี้ อาการที่ฉันเป็นอยู่ก็ทำให้ฉันทุกข์มากพออยู่แล้ว

โชคดีที่ห้องพิเศษว่างตอนเกือบสี่โมงเย็น ฉันจึงได้ย้ายไปอยู่ในห้องพิเศษและหลีกเลี่ยงจากบรรยากาศในห้องรวมที่ทำให้ฉันหดหู่ใจ ฉันรู้สึกเห็นใจพยาบาลที่บรรยากาศการทำงานของพวกเขาไม่เบิกบานเอาซะเลย ฉันจึงได้แก่งคิดอีกข้อที่ว่าสภาพและเงื่อนไขในการทำงานของฉันแม้จะแย่มาก ๆ แต่ก็น่าจะยังดีกว่าบรรยากาศในการทำงานของเหล่าพยาบาล ฉะนั้นฉันจะพยายามเครียดให้น้อยลงกับสภาพการทำงานที่ฉันต้องเผชิญในช่วงเวลานี้

5. ผ่าตัดระบายหนอง

19 เมษายน 2564 วันนี้เป็นวันที่ฉันต้องเข้ารับการผ่าตัดเพื่อระบายหนองที่มีเยื่อะมากจนทำให้คอด้านซ้ายและหน้าซีกซ้ายอักเสบ บวม และปวดมาก

เก้าโมงเช้า พยาบาลเข้ามาบอกว่า “เที่ยงครึ่งจะมีคนจากห้องผ่าตัดมารับไปห้องผ่าตัด ให้คนไข้อาบน้ำแล้วใส่เสื้อตัวนี้และผ้าถุงนี้เตรียมไว้นะคะ” ฉันรับชุดจากพยาบาลมาพลิก ๆ ดู เสื้อที่ต้องใส่เป็นเสื้อที่ไม่มีกระดุม มีสายผูกที่บ่าทั้งสองข้าง ข้างละ 2 จุด คงเพื่อความสะดวกเวลาต้องถอดเสื้อ

ฉันไม่ได้กังวลกับการผ่าตัดครั้งนี้มากนัก เพราะตามที่หมออธิบาย ทำให้ฉันเข้าใจว่าเป็นการผ่าตัดเล็กใช้เวลาประมาณ 45 นาที และจะรู้สึกตัวเพราะวิสัญญีแพทย์จะให้ฉันดมยาสลบ

เที่ยงครึ่ง บุรุษพยาบาลที่ห้องผ่าตัดเข็นเตียงมารับฉันไปห้องผ่าตัด เมื่อฉันขึ้นนอนบนเตียงนั้นแล้ว บุรุษพยาบาลก็เข็นฉันไปที่ห้องผ่าตัดที่อยู่คนละตึก สามีเดินอยู่ข้าง ๆ ไปส่งฉันที่หน้าห้องผ่าตัดด้วย ระหว่างทางไปห้องผ่าตัด ฉันเห็นผู้คนจำนวนมากที่โรงพยาบาล