

การสื่อสารกับผู้ป่วยสมองเสื่อม

อ.พญ.ปทุมพร สุรอรุณสัมฤทธิ์

ภาควิชาอายุรศาสตร์

Faculty of Medicine Siriraj Hospital

คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล

ผู้สูงอายุในบ้านที่มีปัญหาสมองเสื่อม มักมีอาการที่แตกต่างกัน ดังนั้นผู้ดูแลจึงควรศึกษาและหาวิธีการสื่อสารให้เข้าใจ

โดยทั่วไปผู้สูงอายุ ที่มีภาวะสมองเสื่อมจะมีปัญหาการรู้คิด อารมณ์ และพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม ดังนั้นผู้ดูแลผู้ป่วยกลุ่มนี้จำเป็นต้องมีความเข้าใจทักษะการดูแล และการสื่อสารที่ดีกับผู้ป่วย ซึ่งจะทำให้สามารถดูแลผู้ป่วยทั้งในการทำกิจวัตรประจำวัน ความปลอดภัยในการดำเนินชีวิต อารมณ์ และพฤติกรรม ได้อย่างมีคุณภาพและลดภาวะแทรกซ้อนที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยได้

การสื่อสารที่ดีกับผู้ป่วยสมองเสื่อม ควรใช้คำพูดที่เข้าใจง่าย และแสดงท่าทางที่เหมาะสมอย่างอ่อนโยน เวลาสนทนาควรพูดกับผู้ป่วยโดยอยู่ทางด้านหน้า สบสายตากันอย่างเหมาะสม ในกรณีที่ผู้ป่วยมีปัญหาด้านสายตาและการได้ยิน ควรให้ผู้ป่วยใส่แว่นตาและเครื่องช่วยฟังให้เรียบร้อยก่อนเริ่มการสนทนา

ระดับเสียงที่พูด ต้องฟังชัดและนุ่มนวล พูดช้าๆ ใช้ศัพท์และประโยคที่เข้าใจง่าย เป็นขั้นตอน ไม่ใช่ประโยคที่ซับซ้อนเกินไป ให้ความกับผู้ป่วยนึกคิด ถ้าผู้ป่วยไม่เข้าใจหรือหลงลืมสิ่งที่พูดไป อาจต้องพูดซ้ำและต้องปรับคำพูดให้เข้าใจง่าย กรณีที่ต้องการให้ผู้ผู้ป่วยทำอะไร ให้ใช้ประโยคเชิญชวนแทนประโยคคำสั่ง

ส่วนการแสดงออกนั้น ไม่ว่าจะป็นสายตา น้ำเสียง ท่าทาง ควรแสดงด้วยท่าที่อ่อนโยน อ่อนน้อม ไม่คุกคาม และเร่งรีบเกินไป หลีกเลี่ยงการโต้เถียง อาจใช้วิธีรับฟังหรือเบี่ยงเบนความสนใจไปทางอื่น เพื่อลดอารมณ์และการประทะกัน

เป็นธรรมดาในการดูแลผู้ป่วยสมองเสื่อม อาจมีความซุนซ่องใจบ้าง เพราะธรรมชาติของโรคนี้ มีแต่จะเสื่อมลง อาจช้าหรือเร็ว แต่จะไม่หาย ฉะนั้นผู้ดูแลผู้ป่วย จะต้องรู้จักผ่อนคลายเป็นพิเศษ พักผ่อนให้เพียงพอ ที่สำคัญ หมออยากให้ผู้ดูแลทุกคนมี 4 ข้อ ดังต่อไปนี้ คือ **ความรัก ความเข้าใจ ความอดทน และใจเย็น** ซึ่งถือเป็นยาขนานเอก ที่จะช่วยให้การอยู่ร่วมกันในแต่ละวันของผู้ดูแลและผู้ป่วย เป็นไปอย่างมีคุณค่า ลองปฏิบัติตามนะคะ