

สร้างเนิร์สซิงโฮมให้เป็นสวรรค์ของผู้สูงอายุ



สถานการณ์ผู้สูงอายุในประเทศไทย นับตั้งแต่ปี 2548 เป็นต้นมา ประเทศไทยมีจำนวนผู้สูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ร้อยละ 16.5 หรือประมาณ 10.8 ล้านคนจากประชากรทั้งหมด 66 ล้านคนทั่วประเทศ มีผู้สูงอายุติดสังคม ร้อยละ 78 หรือ 8 ล้านคน ผู้สูงอายุติดบ้าน 2 ล้านคน และผู้สูงอายุติดเตียง 200,000 คน แต่จากตัวเลขผู้สูงอายุ 2 ล้านคนที่อยู่ติดบ้านและเป็นกลุ่มเสี่ยงที่อาจเป็นโรคซึมเศร้าและตัดสินใจฆ่าตัวตาย ปัญหาดังกล่าวเกิดจากการที่ครอบครัวคนไทยกลายเป็นสังคมเดี่ยวหรือครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น ซึ่งหมายถึงคนไทยเลือกที่จะครองชีวิตโสดหรืออยู่คนเดียวมากขึ้น ส่วนคนในครอบครัวเดี่ยวที่มีลูกน้อย ก็ไม่มีเวลาดูแลพ่อแม่ที่อยู่ในวัยชราเพราะต้องทำงานหาเลี้ยงชีพ เมื่อยุคสมัยที่เปลี่ยนไปกับกระแสไอทีและยุคโซเชียลมีเดีย 4.0 ส่งผลทำให้ธุรกิจศูนย์ดูแลผู้สูงอายุและผู้ป่วยพักฟื้นหรือเนิร์สซิงโฮมมีการเติบโตเพิ่มมากขึ้น

ศิริสิทธิ์ ตั้งจิตกมล ผู้จัดการ เพชรเกษมเนอรัลซิงโฮม ศูนย์ดูแลผู้สูงอายุและผู้ป่วยพักฟื้น กล่าวว่า เนอรัลซิงโฮมเป็นทางเลือกสำหรับผู้สูงอายุ ที่ต้องการมีคนดูแลเอาใจใส่และปฏิบัติตนกับผู้สูงอายุอย่างสุภาพ เป็นเสมือนญาติพี่น้องของเราจึงเกิดขึ้นมากมายในยุคปัจจุบันที่มีให้เลือกมากมายหลายรูปแบบ แต่เราจะเลือกให้เหมาะสมได้อย่างไร ? จะด้วยความสมัครใจของผู้สูงอายุก็ดีหรือญาติพี่น้องที่ไม่มีเวลา หรือมีภาระหรือขาดความรู้และประสบการณ์ในการดูแลผู้สูงอายุที่ไม่สามารถช่วยตัวเองได้ก็ดี จึงจำเป็นต้องพาผู้สูงอายุมาพักอาศัยที่เนิร์สซิงโฮม ซึ่งโดยส่วนใหญ่จะมีลักษณะเป็นการต่อเติมจากบ้านหรือ

อพาร์ทเมนท์ ทำให้ผังที่พักอาศัยไม่เหมาะสมกับสภาพความเป็นอยู่ของผู้สูงอายุ รวมถึงยังขาดความพร้อมในหลาย ๆ ด้าน เช่น ระบบการดูแลสุขภาพใกล้ชิดโดยแพทย์ ระบบรักษาความปลอดภัย ระบบปฏิบัติการในกรณีฉุกเฉิน ลักษณะการดูแลผู้สูงอายุของเพชรเกษมเนอรัลซิงโฮมจะแยกเป็น 3 รูปแบบ คือ 1. ผู้ที่ช่วยตนเองได้แต่ต้องการ

เพื่อนผู้ดูแล คือ เดินได้ รับประทานอาหารเองได้ตามปกติ ญาติผู้ป่วย ยังสามารถพาผู้สูงอายุไปรับประทานอาหาร หรือไปทำธุระข้างนอกได้ โดยแจ้งให้ผู้ดูแลให้ได้ทราบก่อน 2. ผู้ที่ต้องได้รับการช่วยเหลือบ้าง อาจจะเป็นโรคอัมพาตครึ่งซีกหรือเดินไม่สะดวก ซึ่งมีประมาณ 50 เปอร์เซ็นต์ และ 3. ผู้สูงอายุติดเตียง หมายถึง ถ้าไม่ได้ทำกายภาพ ก็มีสิทธิ์ที่จะกลับมาเดินไม่ได้อีกสูง ผู้สูงอายุกลุ่มนี้จึงต้องได้รับการดูแลเต็มรูปแบบ

เนิร์สซิงโฮมที่ดี ควรมีการออกแบบสถานที่ร่วมกันระหว่างแพทย์และสถาปนิก ซึ่งจะตอบโจทย์สร้างความลงตัวให้ได้ว่าผู้สูงอายุ ที่ควรจะมีชีวิตความเป็นอยู่อย่างไรเพื่อให้ปลอดภัย โดยเน้นความโปร่ง โล่ง สะอาดและอากาศบริสุทธิ์ มีสวนและศาลาพักผ่อน ประตูห้องจะเป็นบานเลื่อน มีหน้าต่างจำนวนมาก มีห้องน้ำในทุกห้อง ส่วนห้องรวม 4 เตียง จะมีระยะห่างอย่างต่ำ 90 เซนติเมตร แยกเพศชายและหญิงพร้อมห้องน้ำแยก มีการบริการจัดการอย่างมีระบบ และนำเทคโนโลยีมาใช้เหมาะสมเพื่อความปลอดภัย มีกลุ่มกิจกรรมทางสังคมผู้สูงอายุอยู่ร่วมกัน โดยจะมีการประเมินความสามารถในการเคลื่อนไหว สังเกตพฤติกรรม อารมณ์และจิตใจ ตรวจวัดความดันโลหิต จังหวะการเต้นของหัวใจ มีกิจกรรมเพื่อพัฒนาหรือชะลอความสูงวัยของผู้สูงอายุทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ มีนักกายภาพบำบัดมาดูแล ฟันฟูสมรรถภาพทางกาย มีเกมที่ฝึกการเคลื่อนไหวของร่างกายให้เหมาะสมกับวัยและสุขภาพ เช่น การวาดภาพหรือระบายสี มี เกมฝึกสมองและความคิด

สำหรับเนิร์สซิงโฮมถูกออกแบบให้มีลักษณะเป็น 2 ชั้นขึ้นไป ควรนำเทคโนโลยีสมัยใหม่มาทดแทน เช่น การติดตั้งลิฟท์ขึ้น-ลง สำหรับการเคลื่อนย้ายผู้สูงอายุ จากชั้น 1 ไปยังชั้น 2 เพื่อลดอัตราการเสี่ยงในการขึ้นลงบันไดของผู้สูงอายุ นอกจากนี้ควรมีห้องทำกายภาพบำบัด เพื่อให้ผู้สูงอายุได้ออกกำลังกาย โดยมีนักกายภาพบำบัดดูแลอย่างใกล้ชิด และในช่วงวันเสาร์- อาทิตย์ควรมีกิจกรรมสนุก ๆ ร่วมกันระหว่างผู้สูงอายุ ญาติผู้ป่วยและผู้ดูแล ด้วย

“เนิร์สซิงโฮม ของผมไม่เหมือนกับสถานที่กักขังผู้สูงอายุ เรามีกล้องวงจรปิดคอยระแวดระวังภัยตลอด 24 ชั่วโมง มีรถฉุกเฉินเตรียมพร้อมสำหรับการให้บริการและถึงที่หมายภายใน 5-7 นาที หากเกิดเหตุไม่คาดฝันหรือกรณีเร่งด่วน มีแพทย์คอยตรวจสุขภาพเป็นประจำและมีกิจกรรมพาผู้สูงอายุไปทัศนศึกษา (ผู้สูงอายุที่เดินได้) ที่เที่ยวพักผ่อนนอกสถานที่ เช่น ไปไหว้พระ ทำบุญพร้อมกับญาติ ๆ ด้วย ผมพยายามให้ญาติมาเยี่ยมผู้สูงอายุที่น้อย ๆ ไม่ใช่พาผู้สูงอายุมาฝากไว้ที่เนิร์สซิงโฮม แล้วก็จากไป อย่างน้อยญาติควรมาเยี่ยมอาทิตย์ละ 1 ครั้ง แต่หากผู้สูงอายุ ท่านใดที่มาอยู่กับเราแล้ว ไม่มีญาติมาเยี่ยมเลย ผมจะติดต่อกลับไปเพื่อสอบถาม หรือชักชวนให้มาเยี่ยมบ้าง ผมปลูกฝังความคิดและความดี ให้กับพนักงาน นักกายภาพบำบัด ทุกคนจะต้องมีจิตสาธารณะรักในงานบริการ และรักผู้สูงอายุทุกคนที่มาอยู่กับเราทำดีกับเขาให้มากที่สุด เพราะเรารู้ว่า เวลาของพวกเขา เหลือน้อยลงทุกวัน... รักพวกเขาเหมือนญาติพี่น้องของเราให้มากที่สุด”