บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาความหมายและประสบการณ์การขับถ่ายอุจจาระบนเตียงของผู้ป่วยที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว โดยใช้วิธีวิจัยเชิงคุณภาพ ผู้วิจัยใช้การสัมภาษณ์แบบเจาะลึกเป็นวิธีการหลักในการเก็บข้อมูล วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการให้รหัสข้อมูล จัดหมวดหมู่ และเชื่อมโยงเป็นแนวเรื่อง ผลการวิจัยนำเสนอเป็น 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ให้ข้อมูล

ส่วนที่ 2 การให้ความหมายการขับถ่ายอุจจาระบนเตียงของผู้ป่วยที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว

ส่วนที่ 3 ประสบการณ์การขับถ่ายอุจจาระบนเตียงของผู้ป่วยที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว

ส่วนที่ 4 เงื่อนไขการจัดการแก้ปัญหาเรื่องการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ให้ข้อมูล

ผู้ให้ข้อมูลเป็นผู้ป่วยที่มีการจำกัดการเคลื่อนไหวขณะพักรักษาตัวในหอผู้ป่วย มีความยินดีให้ความร่วมมือในการเล่าประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในระหว่างการขับถ่ายอุจจาระบนเตียงขณะอยู่ในโรงพยาบาล รวมจำนวน 13 คน จำแนกเป็นเพศชาย 9 คน และเพศหญิง 4 คน มีอายุระหว่าง 23 - 67 ปี ระดับการศึกษาตั้งแต่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 – มัธยมศึกษาตอนต้น สถานภาพสมรสมีทั้ง โสด คู่ และหม้าย ผู้ให้ข้อมูลทั้งหมดนับถือศาสนาพุทธ และมีเชื้อชาติไทย

การประกอบอาชีพก่อนป่วยของผู้ให้ข้อมูล มีทั้งรับจ้าง ทำงานส่วนตัว แม่บ้าน และไม่ได้ประกอบอาชีพ โดยส่วนใหญ่อยู่ในกลุ่มไม่ได้ประกอบอาชีพ ผู้ให้ข้อมูลเป็นผู้ป่วยสามัญที่พักรักษาตัวในแผนกศัลยกรรมกระดูก ศัลยกรรมทั่วไป และอายุรกรรมทั่วไป จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก อยู่ระหว่าง 2 วัน - 32 วัน รวมทั้งการวินิจฉัยและการรักษาที่ได้รับ แสดงรายละเอียดดังในตารางที่ 1

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ตารางที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ให้ข้อมูล

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)	ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน (คน)
เพศ		**อาชีพก่อนการเจ็บป่วย**	
ชาย	9	รับจ้าง	5
หญิง	4	งานส่วนตัว	1
อายุ (ปี)		แม่บ้าน	1
23-30	4	ไม่ได้ประกอบอาชีพ	6
31-40	3	**แผนกที่ผู้ป่วยพักรักษาตัวในโรงพยาบาล**	
41-50	1	ศัลยกรรมกระดูก	6
51-60	3	ศัลยกรรมทั่วไป	3
61-67	2	อายุรกรรมทั่วไป	4
ระดับการศึกษา		**จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหวจนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก**	
ประถมศึกษาชั้นปีที่ 2	1	2 วัน- 7 วัน	5
ประถมศึกษาชั้นปีที่ 4	6	8 วัน- 14 วัน	4
ประถมศึกษาชั้นปีที่ 6	3	15 วัน- 21 วัน	2
มัธยมศึกษาชั้นปีที่ 3	3	22 วัน- 32 วัน	2
สถานภาพ			
โสด	5		
คู่	6		
หม้าย	2		
ศาสนา			
พุทธ	13		
เชื้อชาติ			
ไทย	13		

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

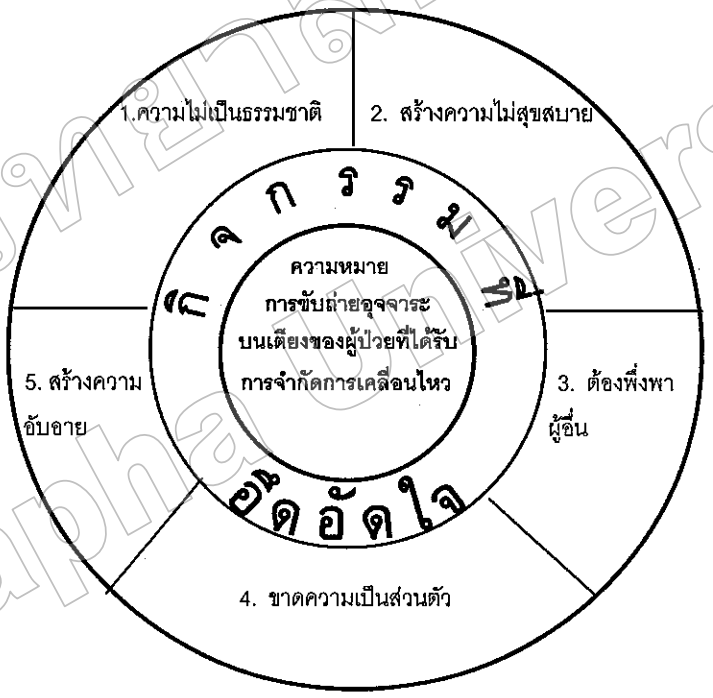
ตารางที่ 1 (ต่อ)

รหัสผู้ให้ข้อมูล	การวินิจฉัย	การรักษาที่ได้รับ
1	Closed Fracture of Right Leg	Open Reduction with Internal Fixation with Plate/Screw (ORIF with P/S)
2	Open Fracture of Left Femur	ORIF with P/S
3	Close Fracture of Humerus and Both Bone of Left Forearm with Vascular Insufficiency, Fracture of Pelvis, Rupture Bladder	ORIF with P/S, Repair Vascular, Cystostomy
4	Intraabdominal Hemorrhage-Spleen Rupture, Close Fracture of Left Femur, Open Fracture of Right Proximal Phalanx third toe and calcaneous	Spleenectomy, Debridement Left Thigh, Short arm cast ที่แขนข้างซ้าย และshort leg slab ที่ขาขวา
5	Pneumonia, Thyroid crisis, Congestive Heart Failure	การใช้ยา
6	Diabetes Mellitus, Ischemic Heart Disease, Hypertension	การใช้ยา
7	Hypertention, Pontine Hemorrhage	การใช้ยา
8	Pulmonary Tuberculosis with Tuberculosis of Spine	การใช้ยาและการให้นอนพัก
9	Fracture Right of Proximal Tibia	Debridement , Long Leg Slab ที่ขาขวา
10	Chronic Obstructive Pulmonary Disease, Compression Fracture of Lumbar spine with Severe pain	การใช้ยา และการให้นอนพัก
11	Diabetes Mellitus, Infected wound at Knee	การใช้ยา
12	Fracture of Right Femur, Fracture of Left Humerus	ORIF with P/S, Long Leg Slab ที่ขาขวา
13	Right Plural Effusion	On Intercostal Catheter Drainage

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ส่วนที่ 2 การให้ความหมายการขับถ่ายอุจจาระบนเตียงของผู้ป่วยที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว

จากการศึกษา พบว่า ผู้ป่วยให้ความหมายของการขับถ่ายอุจจาระบนเตียงในขณะที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหวว่าเป็นกิจกรรมที่อึดอัดใจ เนื่องจากเป็นกิจกรรมที่มีลักษณะ 5 ประการคือ 1. ความไม่เป็นธรรมชาติ 2. สร้างความไม่สุขสบาย 3. ต้องพึ่งพาผู้อื่น 4. ขาดความเป็นส่วนตัว และ 5. สร้างความอับอาย แสดงดังภาพที่ 1



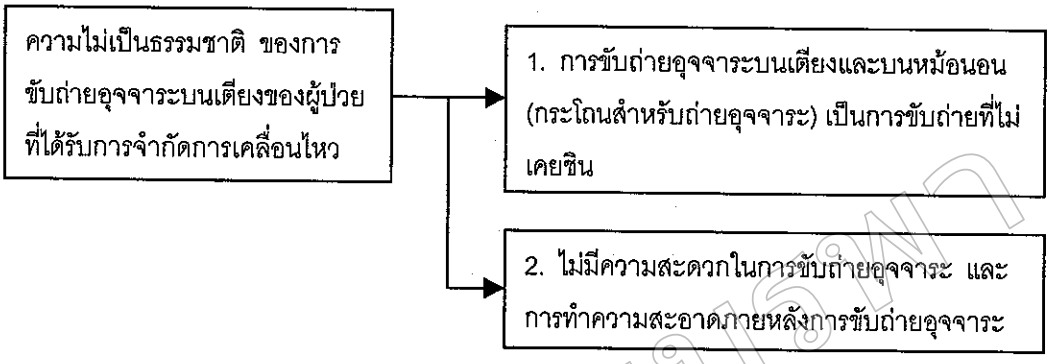
ภาพที่ 1 ความหมายการขับถ่ายอุจจาระบนเตียงของผู้ป่วยที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว

รายละเอียดดังต่อไปนี้

ประการที่ 1 ความไม่เป็นธรรมชาติ

ความไม่เป็นธรรมชาติที่เกิดขึ้นจากการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง ของผู้ป่วยที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จำแนกได้ 2 ลักษณะคือ ลักษณะที่ 1 การขับถ่ายอุจจาระบนเตียงและบนหม้อนอน(กระโถนสำหรับถ่ายอุจจาระ) เป็นการขับถ่ายที่ไม่เคยชิน และลักษณะที่ 2 ไม่มีความสะดวกในการขับถ่ายอุจจาระและการทำความสะอาดภายหลังการขับถ่ายอุจจาระ ดังภาพที่ 2

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University



ภาพที่ 2 ความไม่เป็นธรรมชาติ ของการขับถ่ายอุจจาระบนเตียงของผู้ป่วยที่ได้รับการจำกัดการการเคลื่อนไหว

ดังรายละเอียดคือ

ลักษณะที่ 1 การขับถ่ายอุจจาระบนเตียงและบนหม้อนอน(กระโถนสำหรับถ่ายอุจจาระ) เป็นการขับถ่ายที่ไม่เคยชิน

การได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว ทำให้ผู้ป่วยต้องมีการขับถ่ายอุจจาระบนเตียงและบนหม้อนอน ซึ่งเป็นการขับถ่ายที่ต่างจากปกติ การไม่เคยชินกับลักษณะของการขับถ่ายที่เกิดขึ้น ทำให้ไม่สามารถขับถ่ายอุจจาระได้หรือทำให้ยับยั้งอาการปวดถ่ายอุจจาระให้หายไป ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"มันไม่ใช่ที่ถ่าย บนเตียงแท้ ๆ เอากระโถนมานั่งอยู่ได้ มันต้องเป็นห้องน้ำ เป็นอะไรอย่างนี้ คือเราต้องมานั่งอยู่บนกระโถน อยู่บนเตียง เราไม่เคยนั่ง มานั่งอย่างนี้มันขัด มันถ่ายไม่ออก จะหายปวดไป (อาการปวดถ่ายอุจจาระหายไป)"

(ผู้ชายอายุ 51 ปี, แผนกอายุรกรรม,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 9 วัน)

" ...นอนถ่ายบนเตียง เราไม่เคย ความเคยชินเราไม่มี ...มันขี้ไม่ออก เจอกระโถนมันไม่ออก มันไม่เคยชิน ตอนเอากระโถนมาเสียบ มันก็หายไป(หายปวดอุจจาระ) ไม่รู้มันหายไปไหน ปวดจัด ๆ ก็เหมือนกัน มันหายไปเลย เดี๋ยวก็มาใหม่ (ปวดถ่ายอุจจาระอีก) เจอกระโถนมันก็ไม่ออกอีก "

(ผู้ชายอายุ 43 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 21 วัน)

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ลักษณะที่ 2 ไม่มีความสะดวกในการขับถ่ายอุจจาระและการทำความสะอาดภายหลังการขับถ่ายอุจจาระ

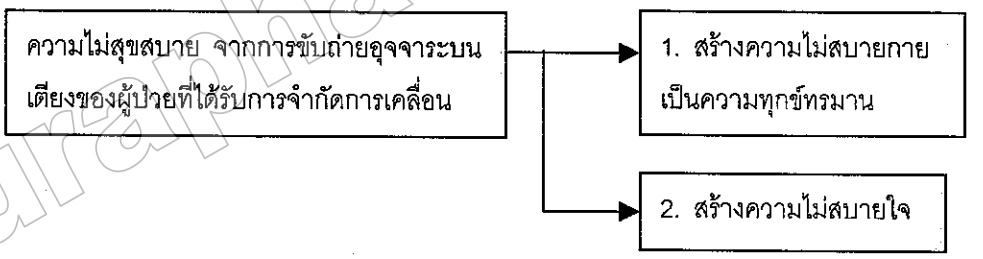
การขับถ่ายอุจจาระบนเตียงในสภาพที่จำกัดการเคลื่อนไหวทั้งจากพยาธิสภาพและการรักษา ทำให้เกิดความรู้สึกไม่สะดวกในการขับถ่ายอุจจาระ ไม่สะดวกในการช่วยเหลือตนเอง ขาดความคล่องตัว เมื่อต้องพยายามฝืนจึงทำให้เหน็ดเหนื่อยและอ่อนแรง และไม่สามารถปฏิบัติได้อย่างที่ควรจะเป็น ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

" (การขับถ่ายอุจจาระบนเตียง) มันไม่สะดวกเลยซักอย่าง ไม่ว่าจะทำอะไร ทำความสะอาดก็ไม่สะดวก มันจะสะดวกได้ยังไงมันไม่มีแรงทำ เหนื่อย ทำไม่ค่อยไหว มันไม่คล่องตัว ทำอะไรมันก็ไม่ดี"

(ผู้หญิงอายุ 51 ปี, แผนกอายุรกรรม, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 2 วัน)

ประการที่ 2 สร้างความไม่สุขสบาย

การขับถ่ายอุจจาระบนเตียงในขณะที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว เป็นการสร้างความไม่สุขสบาย จำแนกได้เป็น 2 ลักษณะ คือ ลักษณะที่ 1 สร้างความไม่สบายกาย เป็นความทุกข์ทรมาน และลักษณะที่ 2 สร้างความไม่สบายใจ ดังภาพที่ 3



ภาพที่ 3 ความไม่สุขสบาย จากการขับถ่ายอุจจาระบนเตียงของผู้ป่วยที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว

ดังรายละเอียดคือ

ลักษณะที่ 1 สร้างความไม่สบายกาย เป็นความทุกข์ทรมาน

การต้องขับถ่ายอุจจาระบนเตียง ทำให้ผู้ป่วยไม่สามารถขับถ่ายออกได้ ก่อให้เกิดความไม่สุขสบายจากอาการปวดถ่ายอุจจาระ ทำให้รู้สึกอึดอัด และเมื่อไม่สามารถขับถ่ายอุจจาระได้ ทำให้ต้องเบ่งถ่าย ซึ่งการเบ่งถ่ายจะมีผลทำให้เพิ่มอาการอึดอัดท้อง เจ็บปวดบริเวณท้อง ตลอดจนการไปเพิ่มความเจ็บปวดบริเวณตำแหน่งของพยาธิสภาพที่เป็นสาเหตุของการเจ็บ

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ป่วยในขณะขับถ่ายอุจจาระ ทั้งในลักษณะความทุกข์ทรมานทั่วไป และความทุกข์ทรมานเฉพาะที่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกรณีที่ขับถ่ายอุจจาระลำบาก อุจจาระจะดันบริเวณทวารหนักและร้าวไปบริเวณที่มีพยาธิสภาพของความเจ็บป่วย จะส่งผลสืบเนื่องให้เกิดความยากลำบากและความเจ็บปวดในการขับถ่ายอุจจาระเพิ่มมากขึ้น ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"เวลาปวดถ่าย ถ้าถ่ายไม่ออกเราก็ต้องมาปวดท้องปวดไส้ รู้สึกโครกคราก โครกคราก อึกอัก อึกอัก มัน (อุจจาระ) ไม่ออกมันก็เหมือนมีอะไรอยู่ในท้องนั่นแหล่ะ มันแน่นอึดอัดอยู่อย่างนี้ ...พอมันถ่าย (อุจจาระ) ไม่ออก (อุจจาระ) มันจะมาอุดตรง (ทวารหนัก) นี้ มันมาดันจุก โอยจุกแล้วเจ็บไปหมด เบ่ง (เบ่งถ่ายอุจจาระ) ก็ไม่ได้ เบ่งแล้วมันเจ็บ ตอนเบ่งมันจะมาดันตรงหน้าขา จะเจ็บตรง (บริเวณต้นขา) นี้ เบ่งยังไงก็เบ่งไม่ออก ตอนที่รองกระโถน กระดูกมันจะไปโดนขอบกระโถนอีกด้วย เจ็บตรงขา มันปวดเหมือนเส้นทับเส้น พอมันเจ็บแล้วมันก็พาลถ่ายไม่ออก นั่งนานก็ไม่ได้ มันไปเจ็บขา ปวดท้องด้วย มันทรมาน ถ่ายไม่ออกนี่ทรมานมากเลย โอย...เหงื่อแตกเลย เหงื่อท่วมตัวเลย"

(ผู้ชายอายุ 43 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 21 วัน)

"ตอนนอนถ่าย (ขับถ่ายอุจจาระ) กระวนกระวายมาก แบบเราถ่ายไม่ค่อยออก มันปวดขามาก เวลานั่งกระโถนมันก็เจ็บตรงนี้ (บริเวณสะโพกข้างซ้าย มีกระดูกต้นขาหัก) เพราะมัน (สะโพก) จะหย่อน มันปวด เราต้องใช้แขนช่วยพยุงไว้อย่างนี้ จะได้ยกสะโพกได้ (แขนยันเตียงไว้เพื่อยกสะโพกไม่ให้น้ำหนักของสะโพกลงไปที่หม้อนอนมาก) มันสุดความสามารถ นั่งยังไงก็ไม่ออก ทำยังไงก็ไม่ออก ปวด (อุจจาระ) ตลอดเลย ขามันก็เจ็บตลอด ทรมาน"

(ผู้หญิงอายุ 38 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 20 วัน)

" เวลาเรานั่งถ่าย(ถ่ายอุจจาระบนเตียงโดยใช้หม้อนอน) เราปวดขาข้างขวา มันหักอยู่ (มีกระดูกต้นขาข้างขวาหัก) ขามันจะพลิกตอนนั่งกระโถน นั่งลำบาก ขามันกระดิกไม่ได้ ยกก็ไม่ขึ้น เวลาอึปวดขามาก ตอนยกก้น ตอนเช็ดก้น ขา (ข้างขวา) มันตะแคง ขามันพลิก ผมจะปวด ทรมาน...ลำบาก"

(ผู้ชายอายุ 23 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 4 วัน)

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ลักษณะที่ 2 สร้างความไม่สบายใจ

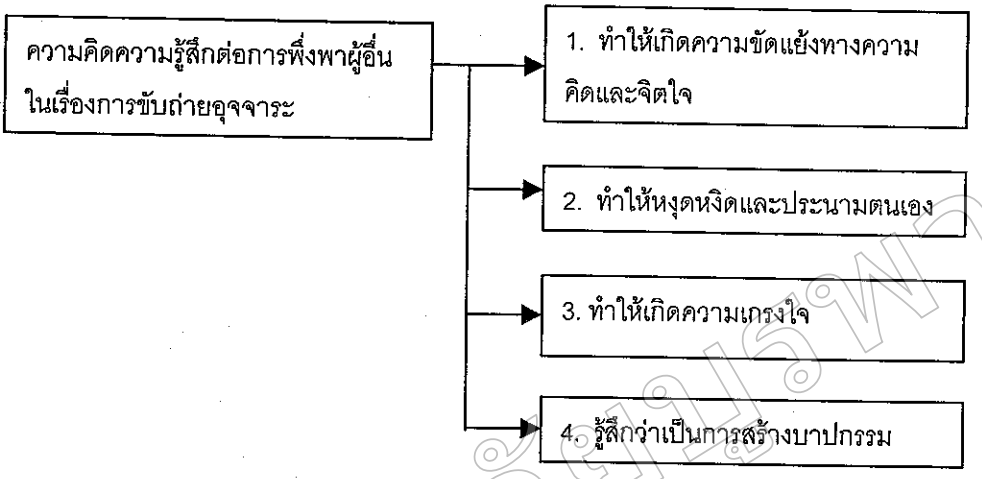
เมื่อยังมีความรู้สึกปวดอยากถ่ายอุจจาระโดยที่ยังไม่มีการขับถ่ายอุจจาระ ทำให้ผู้ป่วยวิตกกังวล ไม่สบายใจกลัวการขับถ่ายที่จะเกิดขึ้นและเกรงว่าการขาดผู้ดูแลในกระบวนการขับถ่าย จะทำให้สกปรกและเปรอะเปื้อน อีกทั้งอาการปวดถ่ายยังรบกวนการร่วมกิจกรรมกับผู้อื่น ทำให้ผู้ป่วยไม่สามารถทำกิจกรรมอื่น ๆ ในชีวิตตามปกติ ซึ่งจะนำไปสู่ความไม่สบายใจกังวลใจกับการขับถ่ายที่จะเกิดขึ้นครั้งต่อไป ส่งผลให้ต้องการหลีกเลี่ยงสาเหตุนำของการขับถ่าย เช่น หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหาร ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

> "เวลาปวด (ปวดถ่ายอุจจาระ) ไม่สบายใจ ไม่มีใครดูแลด้วย ถ้าจะถ่ายก็กลัวเลอะเทอะเปรอะเปื้อน ถ้าไม่ถ่ายมัน (อุจจาระ) ทำให้เราปวดท้องปวดไส้ ถ้ามันยังปวดท้องอยู่ ทำอะไรมันก็ไม่อยากทำ จะเล่น จะอะไรกับใครมันก็ไม่ปกติ จะกินอะไรสักที ก็ไม่กล้ากิน ไม่อยากกินอะไร ใครเขาเอาอะไรมาให้ เพื่อนฝูงข้าง ๆ เรียกก็ไม่กล้ากิน เหมือนมีอะไรอยู่ในท้องนั่นแหล่ะ มันแน่น (แน่นท้อง) ปวดท้องก็ปวด กลัวมันเข้าไปสมทบเข้า เยอะเข้า เยอะเข้า แล้วมันแน่นอีก เป็นอยู่อย่างนี้ ถ้าไม่ปวดก็ไม่กังวล"
>
> (ผู้ชายอายุ 43 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 21 วัน)

ประการที่ 3 ต้องพึ่งพาผู้อื่น

การขับถ่ายอุจจาระบนเตียงในขณะที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว ทำให้ผู้ป่วยต้องพึ่งพาผู้อื่น เพื่อขอความช่วยเหลือในขณะขับถ่าย เช่น ในเรื่องของการหยิบหม้อนอนมาให้ช่วยเหลือในการปิดม่าน และการนำหม้อนอนไปชำระภายหลังการขับถ่ายอุจจาระ ทำให้ผู้ป่วยเกิดความคิดความรู้สึก 4 ลักษณะ คือ ลักษณะที่ 1 ทำให้เกิดความขัดแย้งทางความคิดและจิตใจ ลักษณะที่ 2 ทำให้หงุดหงิดและประนามตนเองลักษณะที่ 3 ทำให้เกิดความเกรงใจ และลักษณะที่ 4 รู้สึกว่าเป็นการสร้างบาปกรรม ดังภาพที่ 4

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University



ภาพที่ 4 ความคิดความรู้สึกต่อการพึ่งพาผู้อื่นในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ

ดังรายละเอียดคือ

ลักษณะที่ 1 ทำให้เกิดความขัดแย้งทางความคิดและจิตใจ

การที่ต้องพึ่งพาผู้อื่นในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ จากการที่ผู้ป่วยเห็นว่าเป็นเรื่องที่ต้องดูแลตนเอง การให้ผู้อื่นมาดูแลช่วยเหลือเป็นการไม่สมควร แต่ก็ไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้ ซึ่งไม่เหมือนกับการได้รับการดูแลรักษาพยาบาลในเรื่องอื่น ๆ จึงทำให้เกิดความขัดแย้งทางความคิดและจิตใจ ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"มันต้องมีการขับถ่ายของเสียออกบ้าง แต่มันเป็นเรื่องที่เหม็น เราต้องทำเอง จะให้เขา (เจ้าหน้าที่) มาช่วยมันเกินไป เขาต้องดูเราหลายอย่าง อะไรทำเองได้อยากทำเองหมด แต่ต้องให้คนอื่นเขามาทำ เราทำเองไม่ได้ รู้สึกมันอึดอัด ข้อนี้มันไม่สมควรเลย ก็เป็นอีของเรา เราก็อายุปูนนี้แล้ว แล้วมาให้เขาทำให้ มันก็สองจิตสองใจ ใจนึงเราลุกไม่ได้ นั่งไม่ได้ เดินไม่ได้ หนักใจที่สุดคือเรื่องอึ คิดว่าเราต้องมาขี้ราดให้คนอื่นเขาเช็ดบอกตรง ๆ หมอพยาบาลมาดูเรื่องที่เราเจ็บป่วย เราสบายใจกว่า เพราะเขาต้องดูอยู่แล้ว แต่เรื่องอึนี่มันทุเรศ และมันก็เป็นอย่างนั้นจริง ๆ"

(ผู้หญิงอายุ 51 ปี, แผนกอายุรกรรม,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 2 วัน)

ลักษณะที่ 2 ทำให้หงุดหงิดและประนามตนเอง

การที่ต้องพึ่งพาผู้อื่นในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ ทำให้ผู้ป่วยรู้สึกหงุดหงิดและประนามตนเอง ที่เป็นผู้สร้างความรำคาญ สร้างความลำบาก และสร้างความเดือดร้อนให้กับผู้ที่มาช่วยเหลือตน ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

"พอเราต้องมาถ่าย (ถ่ายอุจจาระ) เอาอะไรไม่ได้ก็ใช้เขาอีก บางทีก็ต้องขอกระโถนก็ต้องเรียกเขาอีก หงุดหงิดมากเลย เหมือนสร้างโลกให้คนอื่นเขารำคาญ ในใจคิดนะมันลำบากคนอื่น ถ้าเราลุกขึ้นไม่ได้ เวลาจะถ่ายจะอึ จะอะไรอย่างนี้ เราก็ต้องเดือดร้อนคนอื่นเขา"

(ผู้หญิงอายุ 38 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 20 วัน)

ลักษณะที่ 3 ทำให้เกิดความเกรงใจ

การที่ต้องพึ่งพาผู้อื่นในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ ทำให้เกิดความเกรงใจ เพราะเป็นภาระที่ผู้มาช่วยเหลือต้องมาดูแลทั้งในเรื่อง การยกหม้อนอนมาให้ การปิดม่านให้ในขณะขับถ่าย รวมทั้งการเก็บล้างหม้อนอนภายหลังการขับถ่ายอุจจาระ ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"เกรงใจพยาบาลเขา เพราะเขาต้องมาเป็นภาระ มายกกระโถน มาปิดม่านให้ แล้วยังต้องมาเก็บ (มาเก็บหม้อนอนภายหลังการขับถ่ายอุจจาระ) มาล้างกระโถนให้ด้วย"

(ผู้ชายอายุ 29 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 9 วัน)

ลักษณะที่ 4 เป็นการสร้างบาปกรรม

การที่ต้องพึ่งพาผู้อื่นในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ ซึ่งผู้ป่วยเห็นว่าเจ้าหน้าที่ผู้ที่มาให้การช่วยเหลือ ไม่ได้เป็นบุคคลใกล้ชิดหรือเป็นญาติกัน ทำให้ผู้ป่วยคิดกลัวว่าจะเป็นการสร้างบาปกรรม ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

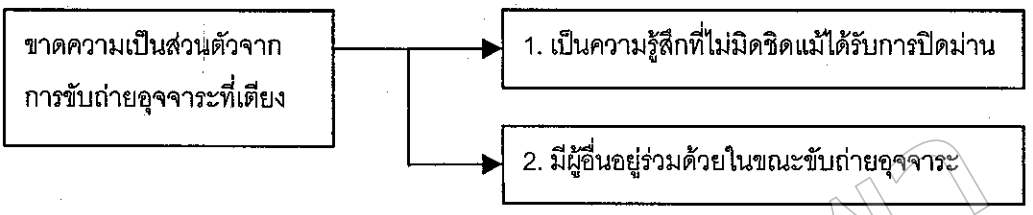
"กลัวมันเป็นบาปเป็นกรรมครับผม ให้คนอื่นเขาทำให้ (ช่วยเหลือในขั้นตอนการขับถ่ายอุจจาระ) เขาทำให้ ผมก็ขอบคุณเขาทุกครั้งแหล่ะครับ มันก็จำใจ บอกพยาบาลเขา เขาก็ทำให้ ผมกลัวอะไรไม่กลัวหรอก กลัวเป็นบาปเป็นกรรม คิดไปหลายอย่าง ลูกก็ไม่ใช่ลูกเขา ญาติก็ไม่ใช่ญาติเขา จะมาให้เขาเก็บเขาทำ คิดไปหลายอย่าง"

(ผู้ชายอายุ 40 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 32 วัน)

ประการที่ 4 ขาดความเป็นส่วนตัว

สภาพแวดล้อมในการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง ผู้ป่วยมีความรู้สึกว่าขาดความเป็นส่วนตัว ใน 2 ลักษณะคือ ลักษณะที่ 1 เป็นความรู้สึกที่ไม่มิดชิดแม้ได้รับการปิดม่าน และลักษณะที่ 2 มีผู้อื่นอยู่ร่วมด้วยในขณะขับถ่ายอุจจาระ ดังภาพที่ 5

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University



ภาพที่ 5 ขาดความเป็นส่วนตัวจากการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง

ดังรายละเอียดคือ

ลักษณะที่ 1 เป็นความรู้สึกที่ไม่มีความมิดชิดแม้ว่าจะได้รับการปิดม่าน

แม้ว่าจะได้รับการปิดม่านในขณะขับถ่ายอุจจาระบนเตียง ความรู้สึกของผู้ป่วยยังคงเห็นว่าไม่มีความมิดชิด เพราะว่าไม่ใช่สถานที่ถ่ายอุจจาระ รวมทั้งเสียงที่เกิดขึ้นในขณะขับถ่ายอุจจาระ ทำให้ผู้อื่นได้ยิน ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"ปิดม่านแล้ว มันก็ยังไม่มิดชิดอยู่ดี เวลาถ่าย (อุจจาระ) เสียงดังปรืด...คนทั้งห้องเขาก็ได้ยิน เวลาเปิดม่านมา เจอหน้ากัน คนไข้ด้วยกันเขาก็มองหน้า"

(ผู้ชายอายุ 26 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 7 วัน)

ลักษณะที่ 2 มีผู้อื่นอยู่ร่วมด้วยในขณะขับถ่ายอุจจาระ

การขับถ่ายอุจจาระบนเตียง ทำให้ผู้ป่วยเห็นบุคคลที่อยู่รอบข้าง ทำให้รู้สึกถึงความไม่เป็นส่วนตัว ทำให้ขับถ่ายอุจจาระไม่ออก การขับถ่ายต้องใช้เวลานานขึ้น หรืออาจทำให้ขับถ่ายไม่ออกได้ ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"บางทีมีคน (ผู้ป่วยข้างเตียง ญาติของผู้ป่วยอื่น) อยู่ เดี๋ยวก็ (อุจจาระ) ผลุด ๆ โผล่ ๆ อยู่อย่างนั้น ...แบบเห็นใคร มันก็ถ่ายไม่ออก บางทีนั่งเป็นชั่วโมง นั่งอยู่อย่างนั้น ก็ยังถ่ายไม่เสร็จเลย"

ผู้หญิงอายุ 38 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 20 วัน)

" ...นอนถ่ายตรงนี้ (บนเตียง) มันไม่มีที่เลย มันเตียน (โล่ง) ไปหมด มีคนอยู่เยอะ มันขี้ไม่ออก พอจะถ่าย (อุจจาระ) มันก็หายไป (หายปวดอุจจาระ)"

(ผู้ชายอายุ 43 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 21 วัน)

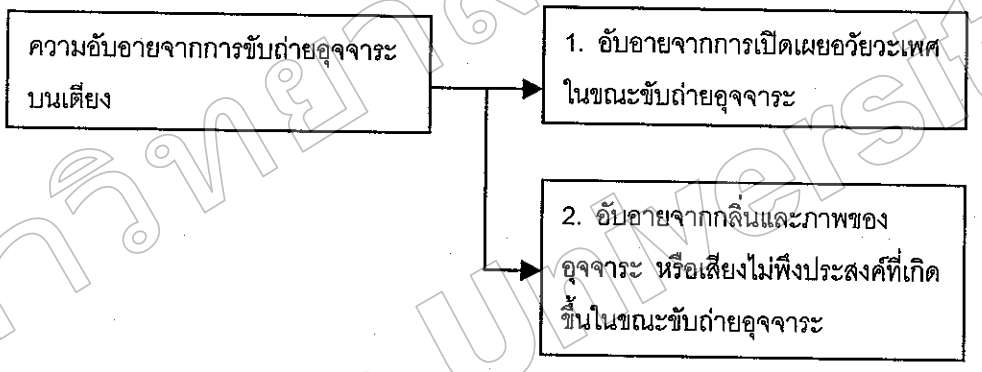
มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

"ก็คิดดู ระหว่างที่เรานั่งถ่าย ใครเดินไปเดินมา มันจะออกไหม ก็นั่งอยู่บนเตียงอย่างเนี้ย ม่านไม่ได้ปิด ก็นั่งหัวโด่ เขาก็มองเราขี้ เราก็มองเขา มองไป มันก็ทุเรศ"

(ผู้หญิงอายุ 51 ปี, แผนกอายุรกรรม,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 2 วัน)

ประการที่ 5 สร้างความอับอาย

พบว่า ผู้ป่วยมีความอับอายเมื่อมีการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง ใน 2 ลักษณะคือ ลักษณะที่ 1 อับอายจากการเปิดเผยอวัยวะเพศในขณะขับถ่ายอุจจาระ และลักษณะที่ 2 อับอายจากกลิ่นและภาพของอุจจาระ หรือเสียงไม่พึงประสงค์ที่เกิดขึ้นในขณะขับถ่ายอุจจาระ ดังภาพที่ 6



ภาพที่ 6 ความอับอายจากการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง

ดังรายละเอียดคือ

ลักษณะที่ 1 อับอายจากการเปิดเผยอวัยวะเพศในขณะขับถ่ายอุจจาระ

ผู้ป่วยมีความอับอาย เนื่องจากการเปิดเผยอวัยวะเพศให้ผู้อื่นเห็นในขณะขับถ่ายอุจจาระบนเตียง ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"ผมเป็นคนขี้อายด้วย ตอนเราถ่าย (ถ่ายอุจจาระ) จริง ๆ เราน่าจะไปห้องน้ำ ตรงนี้ (ขับถ่ายอุจจาระที่เตียง) อายคนอื่นเขา กลัวใครจะมาเห็น...(อวัยวะเพศ) มันโป๊"

(ผู้ชายอายุ 29 ปี, แผนกศัลยกรรม,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 9 วัน)

ลักษณะที่ 2 อับอายจากกลิ่นและภาพของอุจจาระ หรือเสียงไม่พึงประสงค์ที่เกิดขึ้นในขณะขับถ่ายอุจจาระ

การขับถ่ายอุจจาระที่เตียงทำให้ผู้อื่นได้รับกลิ่นของอุจจาระที่เกิดขึ้น ได้เห็นภาพของอุจจาระ อีกทั้งเสียงไม่พึงประสงค์ที่เกิดขึ้นในขณะขับถ่าย ซึ่งเป็นสิ่งที่ผู้ป่วยไม่ต้องการให้

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

อุจจาระของตนเอง หรือได้ยินเสียงไม่พึงประสงค์ที่เกิดขึ้นในขณะขับถ่าย ทำให้ผู้ป่วยมีความอับอาย ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"(เวลาขับถ่ายอุจจาระ) ถ้าแบบเตียงใครเตียงมัน แล้วมีม่านปิดส่วนตัว นี่คงพอทน แต่นี่คนข้าง ๆ (ผู้ป่วยข้างเตียง) อยู่ในม่านด้วยกัน อายก็อาย เรามานอนถ่ายอยู่ เขาลุกไปไหนไม่ได้ เขาก็ต้องได้กลิ่น (อุจจาระ) เรา ...เวลาถ่าย (อุจจาระ) เสียงมันดัง ปรืด...คนทั้งห้องเขาก็ได้ยิน เวลาเปิดม่านมา เจอหน้ากัน คนไข้ด้วยกันเขาก็มองหน้า คราวนี้เราก็อายเขา ก็เลยทำให้ไม่กล้าถ่าย ...แล้วอย่างเวลาจะ (เอาอุจจาระ) ไปทิ้งอีก ต้องเดือดร้อนพยาบาล คราวนี้เราก็อายเขานะ เขาต้องมาถือขี้ให้ (มาเก็บหม้อนอนภายหลังการขับถ่าย) มาได้กลิ่น ได้เห็นขี้เรา เดี๋ยวต้องมามองหน้ากันอีก มันอายเขา"

(ผู้ชายอายุ 26 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 7 วัน)

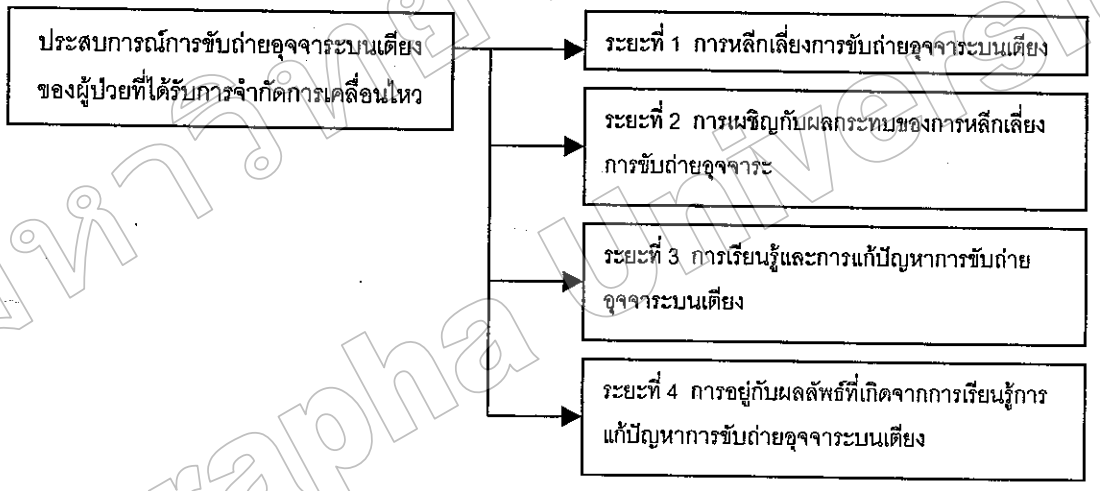
"สารพัดจะกลัว กลัวเขา (ผู้ป่วยข้างเตียง) เหม็น เขาได้กลิ่นเอา กลัวกลิ่นรบกวนเขา ไม่อยากให้เขาเห็นอึเราด้วย ...เวลาถ่ายมันแข็ง มันก็เป๋ง ! (เสียงอุจจาระกระทบหม้อนอน) มันแข็งมาก กลัวเขาได้ยินเสียง"

(ผู้หญิงอายุ 38 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 20 วัน)

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ส่วนที่ 3 ประสบการณ์การขับถ่ายอุจจาระบนเตียงของผู้ป่วยที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว

จากการศึกษา ประสบการณ์การขับถ่ายอุจจาระของผู้ป่วยที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว เป็นการเรียนรู้การขับถ่ายอุจจาระบนเตียง และการแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น จำแนกได้เป็น 4 ระยะ กล่าวคือ ในระยะที่ 1 การหลีกเลี่ยงการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง ระยะที่ 2 การเผชิญกับผลกระทบของการหลีกเลี่ยงการขับถ่ายอุจจาระ ระยะที่ 3 การเรียนรู้และการแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง และระยะที่ 4 การอยู่กับผลลัพธ์ที่เกิดจากการเรียนรู้การแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระที่เตียง ดังภาพที่ 7



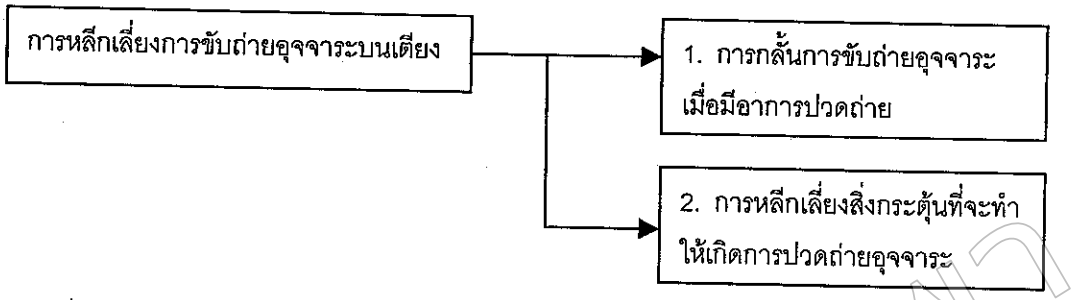
ภาพที่ 7 ประสบการณ์การขับถ่ายอุจจาระบนเตียงของผู้ป่วยที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว

รายละเอียดดังต่อไปนี้

ระยะที่ 1 การหลีกเลี่ยงการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง

จากการที่ผู้ป่วยให้ความหมายของกิจกรรมการขับถ่ายอุจจาระบนเตียงว่าเป็นกิจกรรมที่อึดอัดใจ พบว่า ในระยะแรกก่อนที่จะมีการขับถ่ายอุจจาระ ผู้ป่วยมีการหลีกเลี่ยงเงื่อนไขที่จะนำไปสู่การขับถ่ายอุจจาระบนเตียงใน 2 ลักษณะคือ ลักษณะที่ 1 การกลั้นการขับถ่ายอุจจาระเมื่อมีอาการปวดถ่าย และลักษณะที่ 2 การหลีกเลี่ยงสิ่งกระตุ้นที่จะทำให้เกิดการปวดถ่ายอุจจาระ แสดงดังภาพที่ 8

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University



ภาพที่ 8 การหลีกเลี่ยงการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง

ดังรายละเอียดคือ

ลักษณะที่ 1 การกลั้นการขับถ่ายอุจจาระเมื่อมีอาการปวดถ่าย

การกลั้นการขับถ่ายอุจจาระเมื่อมีอาการปวดถ่าย เป็นการหลีกเลี่ยงการขับถ่ายอุจจาระบนเตียงโดยพยายามยืดระยะเวลาที่จะต้องขับถ่ายอุจจาระในครั้งนั้นออกไป โดยการอดทนไม่ให้มีการขับถ่ายอุจจาระจนกระทั่งอาการปวดถ่ายอุจจาระหายไป เนื่องจากมีความอับอายที่มีบุคคลอื่นอยู่ร่วมด้วยในขณะขับถ่ายและไม่เคยชินกับการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง และในผู้ป่วยบางรายการกลั้นอุจจาระบ่อย ๆ พบว่า ผู้ป่วยมีอาการท้องผูกได้ ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"จริง ๆ มันก็อยากถ่ายนะ แต่มันอายเขาเลยไม่กล้า อยู่ที่ไหนก็เข้าแต่ห้องน้ำ เข้าแต่ห้องน้ำ ไม่เคยอย่างนี้ซักที ...หนักใจ และอึดอัดมากเลย ก็กลัวลำบากตอนจะถ่าย (ถ่ายอุจจาระ) ปวดก็ปวด (ปวดถ่ายอุจจาระ) อึดอัดอยู่สองสามวัน แต่ก็ทนเอา ทนจนผูก..."

(ผู้ชายอายุ 26 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 7 วัน)

"เมื่อวานปวดจะถ่าย (อุจจาระ) ก็รอไว้ก่อน ...มันปวดสักพักนึง พอปวดแล้วไม่ถ่ายก็หายไป (หายปวดถ่ายอุจจาระ) กลัวว่ามันจะถ่าย ไม่อยากมาถ่ายตรงนี้ อายพยาบาลด้วย"

(ผู้ชายอายุ 23 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 4 วัน)

ลักษณะที่ 2 การหลีกเลี่ยงสิ่งกระตุ้นที่จะทำให้เกิดการปวดถ่ายอุจจาระ

การหลีกเลี่ยงสิ่งกระตุ้นที่ทำให้เกิดการปวดถ่ายอุจจาระ ได้แก่ การหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหาร หลีกเลี่ยงการดื่มน้ำ ลดการเคลื่อนไหว หรือเพิ่มการนอนหลับมากขึ้น เพื่อไม่ต้องการให้มีอาการปวดถ่าย หรือให้อาการปวดถ่ายที่มีลดลง เนื่องจากยังไม่ต้องการที่จะมีการ

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ขับถ่ายอุจจาระ เพราะมีความรู้สึกอับอาย และเกรงใจที่จะขอความช่วยเหลือจากผู้อื่นในเรื่องของการขับถ่ายอุจจาระ ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"ผมกินน้อยลง จะได้ไม่ต้องปวดท้อง (อุจจาระ) เวลาปวดท้องเกรงใจพยาบาลเขา เขาต้องมาดูแลเรา บอกเขาเขาก็มาทำให้ไม่มีอะไรหรอก แต่ผมก็เกรงใจเขา"

(ผู้ชายอายุ 51 ปี, แผนกอายุรกรรม, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 9 วัน)

"จริง ๆ อยากให้ยังไม่ถ่าย (อุจจาระ) ด้วย ก็กินน้อยลง น้อยไปเยอะเหมือนกัน น้ำเวลาคอแห้งถึงดื่ม ไม่อยากมาถ่ายตรงนี้ อายพยาบาล"

(ผู้ชายอายุ 23 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 4 วัน)

"ก็ไม่ค่อยกินมาก เพราะว่าเวลาเราถ่ายบนเตียง ใช้ที่รอง (หม้อนอน) มันอายเขา อยู่มา 5 วันพึ่งเริ่มปวด (ปวดถ่ายอุจจาระ) เพราะเรากินแค่พอประมาณพออยู่ได้ มื้อละ 3-4 คำ พอเย็นแล้วก็นอนเลย จะไม่แตะของใครอีก (อาหารที่ญาติเอามาฝาก) เพราะว่ากลัวเวลาถ่าย บางครั้งมันก็หิว แต่ก็ทนเอา วันหลัง ๆ ก็เหลือ 2 ช้อน 3 ช้อนพอ ผมว่าอันนี้ลำบากที่สุดเลย"

(ผู้ชายอายุ 26 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 7 วัน)

ระยะที่ 2 การเผชิญกับผลกระทบจากการหลีกเลี่ยงการขับถ่ายอุจจาระ

จากการศึกษา พบว่าภายหลังการปฏิเสธการขับถ่ายอุจจาระ โดยการหลีกเลี่ยงการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง ทำให้ผู้ป่วยต้องเผชิญผลกระทบที่เกิดจากการไม่ได้ขับถ่ายอุจจาระ คือ เกิดความทุกข์ทรมานทางกาย รบกวนการนอนหลับ ไม่สบายใจ คิดกังวลแต่เรื่องการขับถ่ายอุจจาระ อารมณ์หงุดหงิด ไม่อยากพูดคุยหรือมีกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น นอกจากนี้ผลสืบเนื่องจากการปฏิเสธการขับถ่ายอุจจาระยังก่อให้เกิดปัญหาการขับถ่ายอุจจาระ มีกลิ่นเหม็น และรบกวนผู้อื่นมากขึ้น ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"อั้น (กลั้นอุจจาระ) ไว้ ไม่ถ่ายมา 7-8 วัน มันก็อืดอัด (ท้อง) ทำให้เรารู้สึกหงุดหงิด ไม่อยากยุ่งกับใคร ไม่อยากจะคุยกับใคร"

(ผู้ชายอายุ 29 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 9 วัน)

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

"ถึงเวลาถ่าย (อุจจาระ) แล้วไม่ได้ถ่าย มันมาปวดอย่างนี้ เราก็ต้องกลั้นไว้ นอนขมิบไว้ รู้สึกพะอืดพะอม นอนก็นอนไม่หลับ กระสับกระส่าย มันไม่ได้ถ่าย (อุจจาระ) ปัญหามันก็หลายอย่าง ทำอะไรก็ไม่เป็นหน้าเป็นตา จะคิดอะไรก็คือมันไม่สบายใจไปซะทุกอย่างเลย เก็บกด"

(ผู้ชายอายุ 26 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 7 วัน)

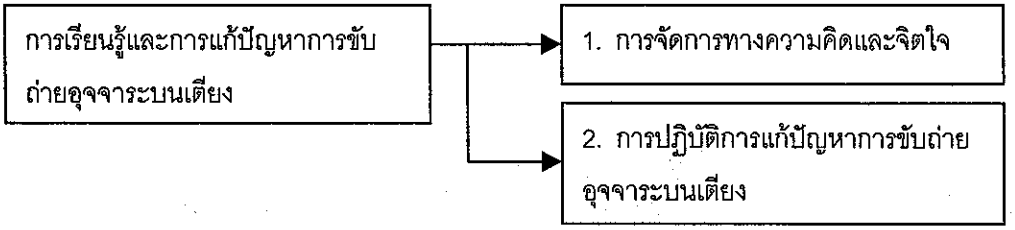
"กลั้น (อุจจาระ) ไว้หลายวันท้องมันผูก (เมื่อขับถ่ายอุจจาระ) มันก็เหม็น เราก็เกรงใจ กลัวเขา (ผู้ป่วยข้างเตียง) เหม็น กลัวกลิ่นไปรบกวนเขา"

(ผู้หญิงอายุ 38 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 20 วัน)

ระยะที่ 3 การเรียนรู้และการแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง

ผลจากธรรมชาติของการได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว ที่ทำให้เกิดปัญหาการขับถ่ายอุจจาระ ร่วมกับการหลีกเลี่ยงการขับถ่ายอุจจาระของผู้ป่วยในขณะที่มีการจำกัดการเคลื่อนไหว อันเนื่องมาจากการให้ความหมายว่าเป็นกิจกรรมที่อึดอัดใจดังกล่าว สามารถหลีกเลี่ยงหรือยืดระยะเวลาการขับถ่ายอุจจาระออกไปได้เพียงระยะเวลาหนึ่ง แต่ในที่สุดแล้ว เมื่อไม่สามารถหลีกเลี่ยงหรือยืดระยะเวลาออกไปได้ ทำให้ผู้ป่วยต้องเผชิญกับผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการหลีกเลี่ยงการขับถ่ายอุจจาระต่าง ๆ ต้องมีการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง ผู้ป่วยจึงมีการเรียนรู้วิธีการที่จะขับถ่ายอุจจาระบนเตียง การขอความช่วยเหลือและการแก้ปัญหาในการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง

จากการศึกษา พบว่า การเรียนรู้และการแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง แบ่งได้เป็น 2 ด้าน คือ ด้านที่ 1 การจัดการทางความคิดและจิตใจ เพื่อการยอมรับและตัดสินใจที่จะมีการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง และด้านที่ 2 การปฏิบัติการแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง เพื่อให้สามารถมีการขับถ่ายอุจจาระได้ โดยมีการปฏิบัติทั้งในสิ่งที่ผู้ป่วยสามารถกระทำได้เอง หรือต้องขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น ดังภาพที่ 9



ภาพที่ 9 การเรียนรู้และการแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ด้านที่ 1 การจัดการทางความคิดและจิตใจ

เมื่อผู้ป่วยเผชิญกับผลกระทบของการหลีกเลี่ยงการขับถ่ายอุจจาระ จนไม่สามารถหลีกเลี่ยงต่อไปได้อีก ผู้ป่วยจำเป็นต้องตัดสินใจให้มีการขับถ่ายอุจจาระเกิดขึ้นบนเตียง ผู้ป่วยมีการเรียนรู้การหาเหตุผลและการปรับความคิดของตนเอง เพื่อปรับเปลี่ยนการให้ความหมายของการขับถ่ายอุจจาระบนเตียงว่าเป็นกิจกรรมธรรมชาติที่ต้องเกิดขึ้น โดยวิธีการจัดการทางความคิดและจิตใจ 4 วิธีคือ วิธีที่ 1 ทำความเข้าใจและยอมรับธรรมชาติที่เป็นจริง วิธีที่ 2 การคิดปลงต่อการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง วิธีที่ 3 การปรับเปลี่ยนความหมายในเรื่องของการขับถ่ายอุจจาระและการให้ความช่วยเหลือการพยาบาลจากเจ้าหน้าที่พยาบาล และวิธีที่ 4 การกลั้นอุจจาระจนถึงจุดที่ไม่สามารถควบคุมได้อาจทำให้เกิดสถานการณ์รุนแรงขึ้น แสดงดังภาพที่ 10

ภาพที่ 10 การจัดการทางความคิดและจิตใจ

รายละเอียดดังต่อไปนี้

วิธีที่ 1 ทำความเข้าใจและยอมรับธรรมชาติที่เป็นจริง ผู้ป่วยปรับความคิดความรู้สึกต่อการขับถ่ายอุจจาระที่เกิดขึ้น โดยการทำความเข้าใจและยอมรับธรรมชาติของการเจ็บป่วยของตนเอง ที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหวทำให้ต้องมีการขับถ่ายบนเตียง ว่าเป็นสภาพที่ต้องมีการขับถ่ายอุจจาระบนเตียงอย่างเลี่ยงไม่ได้ รวมทั้งการขับถ่ายอุจจาระที่เกิดขึ้นทำให้เกิดกลิ่นของอุจจาระ ซึ่งเป็นการสร้างความรบกวนให้กับผู้อื่น แต่เป็นสิ่งที่ผู้อื่นต้องเข้าใจและยอมรับเมื่อมีการขับถ่ายอุจจาระบนเตียงด้วยเช่นกัน ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

"ก็มีแต่เกรงใจว่ากลิ่นจะไปรบกวนเขา เตียงรอบข้าง ก็เราป่วย นอนอยู่อย่างนี้เขาคงเข้าใจ เขาก็คงทนเราได้ เหมือนถ้อยทีถ้อยอาศัย คนป่วยด้วยกัน ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ ถ้าช่วยเหลือตัวเองได้ ผมคงไม่ถ่ายตรงนี้ (ขับถ่ายอุจจาระบนเตียง) เขาคงเข้าใจ"

(ผู้ชายอายุ 35 ปี, แผนกศัลยกรรมทั่วไป,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 7 วัน)

"กลัวเขา (ผู้ป่วยข้างเตียง) เหม็น กลัวเขารำคาญ สารพัดจะกลัว... พอเห็นเขาถ่าย (เพื่อนผู้ป่วย) มันก็เป็นกันทั่วไป (ธรรมชาติ) เราก็คิดได้ คนอื่นเขาก็ทำ ก็เลยไม่คิดอะไร"

(ผู้หญิงอายุ 38 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 20 วัน)

วิธีที่ 2 การคิดปลงต่อการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง การคิดปลงต่อการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง เป็นการคิดปลงในลักษณะกลิ่นของอุจจาระที่เกิดขึ้นไม่ได้มีอยู่ตลอดเวลา และการปลงต่อสภาพของการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง ที่ไม่ได้เกิดขึ้นกับตนเองคนเดียว ซึ่งพบว่าผู้ป่วยอื่นก็มีการขับถ่ายอุจจาระบนเตียงเช่นกัน หรือเมื่อเปรียบเทียบกับผู้ป่วยบางรายสภาพการขับถ่ายอุจจาระของตนเองยังอยู่ในสภาพที่ดีกว่า ที่ยังรับรู้การขับถ่ายอุจจาระที่เกิดขึ้น ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"ไอ้คนข้าง ๆ ก็นอนดม (กลิ่นอุจจาระ) ไปซิ ก็ไปไหนไม่ได้ คิดแล้วมันก็ไม่มีอะไรหรอก เราไม่ได้นอนดมทั้งวันทั้งคืนนี่ เดี๋ยวเขา (เจ้าหน้าที่) ก็มาเอาไป (เก็บหม้อนอนไปทำความสะอาด) ปลงก็แล้วกัน มันก็ไม่มีอะไร"

(ผู้ชายอายุ 60 ปี, แผนกอายุรกรรม,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 12 วัน)

"ครั้งแรกก็อาย ต้องมาขับถ่าย (อุจจาระ) บนเตียง แต่ไม่รู้จะทำอย่างไรครับ แต่ก็เริ่มทำใจได้ เพราะเราดูคนอื่น คนไข้ที่ไม่รู้สึกตัวเขาถ่าย เขาไม่สามารถบังคับได้เลย เออเรายังดีกว่าเขา เรายังมีความรู้สึก"

(ผู้ชายอายุ 51 ปี, แผนกอายุรกรรม,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 9 วัน)

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

วิธีที่ 3 การปรับเปลี่ยนความหมายในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระและการขอความช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่พยาบาล ผู้ป่วยปรับความคิดในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง โดยการปรับเปลี่ยนความหมายใน 2 ลักษณะ คือ 1) ปรับเปลี่ยนความหมายการขับถ่ายอุจจาระที่เตียง และ 2) การปรับเปลี่ยนความหมายของการให้ความช่วยเหลือการพยาบาลจากเจ้าหน้าที่พยาบาล ดังรายละเอียด

3.1 ปรับเปลี่ยนความหมายการขับถ่ายอุจจาระที่เตียง ด้วยการไม่ให้ความสำคัญต่อกลิ่นอุจจาระที่เกิดขึ้น และการขับถ่ายอุจจาระบนเตียงเป็นความเคยชิน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

3.1.1 การไม่ให้ความสำคัญต่อกลิ่นอุจจาระที่เกิดขึ้น ในผู้ป่วยที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหวที่ต้องมีการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง ทำให้มีกลิ่นของอุจจาระเกิดขึ้น ทำให้ผู้ป่วยข้างเตียงได้รับกลิ่น ผู้ป่วยได้ปรับความคิดโดยไม่ให้ความสำคัญต่อกลิ่นอุจจาระที่เกิดขึ้น เมื่อเวลาผ่านไปก็จะทำให้กลิ่นของอุจจาระจางหายไป ก็จะทำให้เหตุการณ์การขับถ่ายอุจจาระบนเตียงนั้นกลับเป็นปกติอีกครั้ง ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

> "กับคนไข้ข้างเตียง เวลาเราอึออกมา เขา (ผู้ป่วยข้างเตียง) บอกเหม็นว่ะ เราก็คิด เมื่อไหร่หายเหม็นอึ ก็หายกัน ถ้ายังมีกลิ่นอยู่ ก็ทำเป็นไม่รู้ไม่ชี้"
>
> (ผู้หญิงอายุ 51 ปี, แผนกอายุรกรรม, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 2 วัน)

3.1.2 การขับถ่ายอุจจาระบนเตียงเป็นความเคยชิน ผู้ป่วยที่มีการจำกัดการเคลื่อนไหว และได้ผ่านการขับถ่ายอุจจาระบนเตียงมาแล้วหลายครั้ง ผู้ป่วยมีการปรับเปลี่ยนความหมายการขับถ่ายอุจจาระที่เตียงเป็นความเคยชิน เพื่อไม่ให้เกิดความรู้สึกอับอายในการขอความช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่ และรู้สึกอับอายต่อการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

> "เมื่อก่อนนี้อาย (เวลาขับถ่ายอุจจาระ) อยากจะทำเอง ให้พยาบาลเขาเอาหม้อ (หม้อนอน) มาเฉย ๆ แต่ทีนี้มันทำไม่ได้ (สอดหม้อนอน ทำความสะอาดภายหลังการขับถ่ายอุจจาระ) ก็ต้องให้เขาช่วย ช่วย ๆ ไป มันก็ชินไป เคยชินซะแล้ว ตอนนี้ไม่อาย ด้านแล้ว (แต่ถ้าไม่จำเป็นก็ไม่ใช้พยาบาลเขาหรอก เกรงใจเขา)"
>
> (ผู้ชายอายุ 60 ปี, แผนกอายุรกรรม, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 12 วัน)

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

"อยู่ตรงนี้ถ่าย (อุจจาระ) ได้ไม่เป็นไร ไม่อายแล้ว เพราะเราไปห้องน้ำเองไม่ได้ ก่อนหน้านี้ก็เคยอยู่โรงพยาบาลมาแล้ว ตั้ง 2 เดือนกว่า ก็อย่างนี้ (ขับถ่ายอุจจาระที่เตียง) ชินแล้ว"

(ผู้หญิงอายุ 64 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 11 วัน)

3.2 การปรับเปลี่ยนความหมายของการให้ความช่วยเหลือการพยาบาลจากเจ้าหน้าที่พยาบาล ผู้ป่วยได้ปรับความคิดว่าการได้รับความช่วยเหลือในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระเป็นบทบาทหน้าที่ของพยาบาลที่ต้องให้ความช่วยเหลือผู้ป่วยที่อยู่ในสภาพของการจำกัดการเคลื่อนไหว เพื่อให้ตนเองเกิดความสบายใจในการขอความช่วยเหลือจากพยาบาลในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"ต้องให้คนอื่นเขามา ทำ ข้อเนี้ยมันไม่สมควรเลย ก็เป็นอึของเรา คิดไปอีกที บางครั้งคิด มันก็คือหน้าที่ใช่มั้ย เราคนป่วยไปไหนไม่ได้ (ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว) เขาก็คือพยาบาล มันเป็นหน้าที่เขา บางครั้งเขาก็ต้องทำ (ดูแลช่วยเหลือในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ)"

(ผู้หญิงอายุ 51 ปี, แผนกอายุรกรรม, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 2 วัน)

วิธีที่ 4 การกลั้นอุจจาระจนถึงจุดที่ไม่สามารถควบคุมได้ อาจทำให้เกิดสถานการณ์รุนแรงขึ้น ในสภาวะที่ผู้ป่วยไม่สามารถกลั้นการขับถ่ายอุจจาระต่อไปได้อีก ผู้ป่วยคิดทบทวนถึงความจำเป็นที่ต้องขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น ในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง ว่าเป็นการขับถ่ายอุจจาระที่ผู้ป่วยไม่สามารถควบคุมไม่ให้ขับถ่ายต่อไปได้อีกแล้ว ต้องมีการขับถ่ายเกิดขึ้นอย่างแน่นอน เพราะถ้าผู้ป่วยยังไม่ยอมขับถ่ายอุจจาระ อาจจะทำให้สถานการณ์รุนแรงกว่าเดิม เกิดความสกปรก ผู้ป่วยจึงยอมรับสภาพความจำเป็นของการต้องขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น รวมทั้งยอมรับที่จะต้องมีการขับถ่ายอุจจาระที่เตียง ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"เวลาขอหม้อนอน ก็เกรงใจเขา คิดอยู่นานเหมือนกัน เกรงใจ กลัวเขารำคาญ เดี๋ยวเขาจะว่าเอาใช่มั้ย... แต่เรื่องนี้มันจำเป็น ถ้าเกิดเรี่ยราดขึ้นมา... จำเป็นเราก็ต้องเรียกขอ (หม้อนอน) ถึงเกรงใจเขาก็ต้องขอ"

(ผู้หญิงอายุ 38 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 20 วัน)

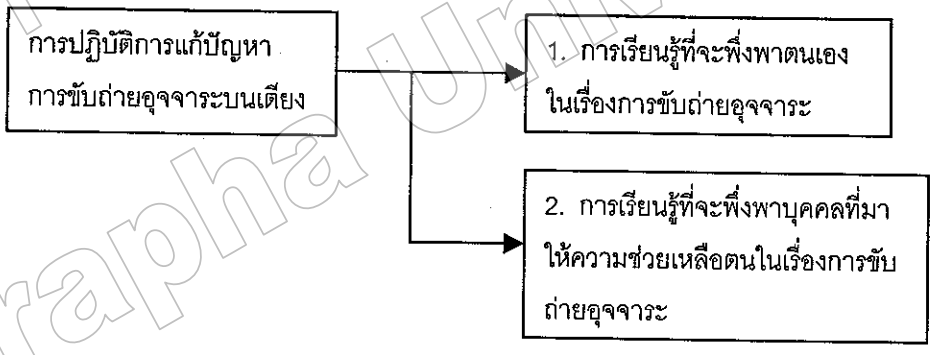
มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

"ทนปวด (ปวดท้องถ่ายอุจจาระ) มาตั้งแต่เช้าแล้ว มาตัดสินใจ (ถ่ายอุจจาระ) ตอนเย็น เพราะมันปวดแบบสุด ๆ แล้ว ทำไงได้ ถ้าไม่ถ่าย (อุจจาระ) ตรงนี้ (บนเตียง) ครั้งนี้ต้องเปรอะแน่"

(ผู้ชายอายุ 29 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 9 วัน)

ด้านที่ 2 การปฏิบัติการแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง

หลังจากที่ผู้ป่วยได้มีการจัดการทางความคิดและจิตใจ ให้ยอมรับการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง รวมทั้งยอมรับการได้รับความช่วยเหลือจากผู้อื่น ผู้ป่วยได้มีการปฏิบัติการแก้ปัญหาในสิ่งที่ผู้ป่วยสามารถจัดการได้ด้วยตนเอง และพึ่งพาผู้อื่นในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ เพื่อให้เกิดสภาพการขับถ่ายอุจจาระบนเตียงอย่างเหมาะสม โดยมีการปฏิบัติการแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระบนเตียงใน 2 ประการคือ ประการที่ 1 การเรียนรู้ที่จะพึ่งพาตนเองในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ และประการที่ 2 การเรียนรู้ที่จะพึ่งพาบุคคลที่มาให้ความช่วยเหลือตนในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ ดังภาพที่ 11



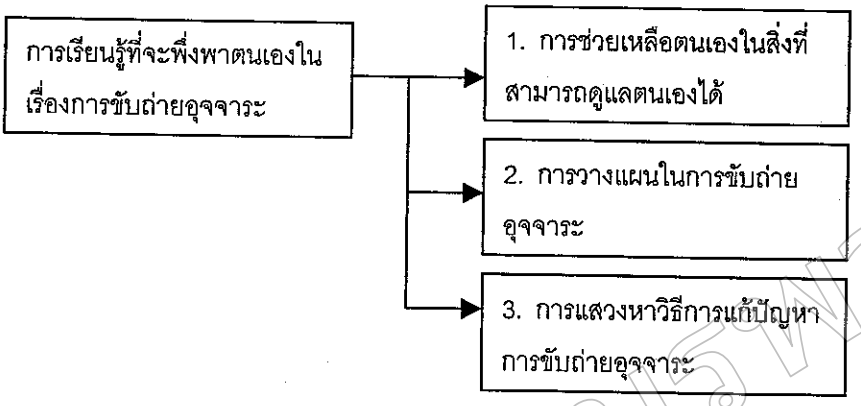
ภาพที่ 11 การปฏิบัติการแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง

รายละเอียดดังนี้

ประการที่ 1 การเรียนรู้ที่จะพึ่งพาตนเองในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ

จากการศึกษา พบว่า ผู้ป่วยมีวิธีการเรียนรู้การจัดการในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระด้วยตนเองตามความสามารถ 3 ลักษณะคือ ลักษณะที่ 1 การช่วยเหลือตนเองในสิ่งที่สามารถดูแลตนเองได้ ลักษณะที่ 2 การวางแผนในการขับถ่ายอุจจาระ และลักษณะที่ 3 การแสวงหาวิธีการแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระ ดังภาพที่ 12

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

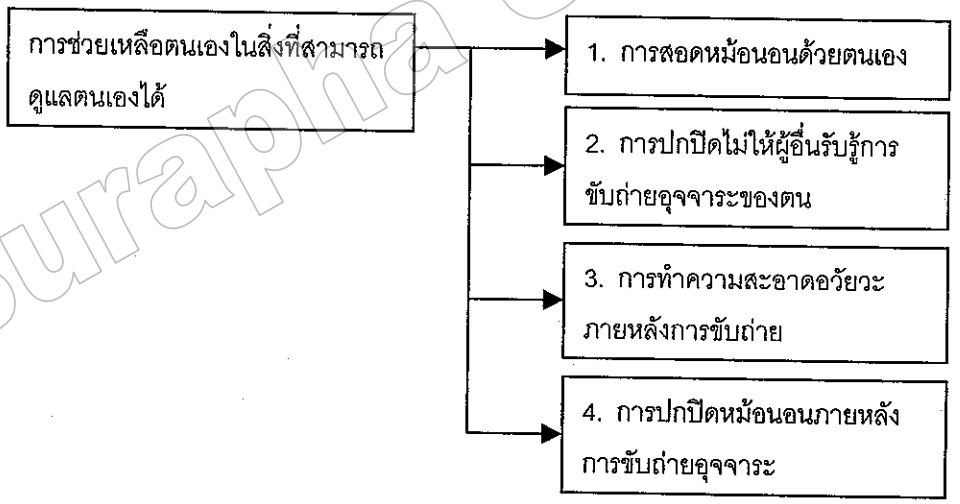


ภาพที่ 12 การเรียนรู้ที่จะพึ่งพาตนเองในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ

รายละเอียดดังนี้

ลักษณะที่ 1 การช่วยเหลือตนเองในสิ่งที่สามารถดูแลตนเองได้

การได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว เมื่อต้องมีการขับถ่ายอุจจาระ ผู้ป่วยจะช่วยเหลือตนเองในสิ่งที่สามารถดูแลตนเองได้ ด้วยวิธีการเรียนรู้ วิธีที่ 1การสอดหม้อนอนด้วยตนเอง วิธีที่ 2 การปกปิดไม่ให้ผู้อื่นรับรู้การขับถ่ายอุจจาระของตน วิธีที่ 3 การทำความสะอาดอวัยวะภายหลังการขับถ่าย และวิธีที่ 4 การปกปิดหม้อนอนภายหลังการขับถ่ายอุจจาระ แสดงดังภาพที่ 13



ภาพที่ 13 การช่วยเหลือตนเองในสิ่งที่สามารถดูแลตนเองได้

รายละเอียดดังนี้

วิธีที่ 1 การสอดหม้อนอนด้วยตนเอง เมื่อต้องการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง ภายหลังจากการได้รับหม้อนอนมาแล้ว ผู้ป่วยจะมีการสอดหม้อนอนรองถ่ายด้วยตนเอง

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

แม้ว่าจะไม่สะดวกหรือมีความเหน็ดเหนื่อยในการสอดหม้อนอนก็ตาม เนื่องจากผู้ป่วยเห็นว่าการขับถ่ายอุจจาระเป็นเรื่องที่ควรช่วยเหลือตนเอง ด้วยการลุกขึ้นนั่งบนหม้อนอน ตะแคงตัวสอดหม้อนอน หรือการยกลำตัวด้วยการใช้แขนพยุงตัวขึ้นบนหม้อนอน ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"อะไรที่เราช่วยตัวเองได้เราก็ช่วย ไม่ใช่ว่าจะต้องอาศัยเขาตลอดเวลา เวลาจะถ่ายเขาก็เตรียมกระโถนไว้ให้เราเสร็จเรียบร้อย พอจะถ่ายเราใส่เอง (สอดหม้อนอนรองเอง) ป้าก็ลุกขึ้นนั่งแล้วก็หยิบมาใส่ ก็ไม่สะดวกหรอก แต่จะให้เขาทำให้มันเกินไป"

(ผู้หญิงอายุ 51 ปี, แผนกอายุรกรรม, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 2 วัน)

"ฉันให้เขา (เจ้าหน้าที่) เอามา (นำหม้อนอนมาให้) ฉันไม่ได้ตั้งใจให้เขามาใส่ (สอดหม้อนอน) ให้ฉัน แล้วฉันก็ใส่ของฉันเอง ฉันใส่เอง ตะแคง ๆ ใส่ มันก็แลเหนื่อยนะ ก็ค่อย ๆ กระเทิบก้นขึ้นไป แล้วเอากระโถนเสียบ อือแล้ว (ก็ต้องเช็ดเอง) ยกกระโถนออกเอง"

(ผู้หญิงอายุ 67 ปี, แผนกอายุรกรรม, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 4 วัน)

"(เวลาขับถ่ายอุจจาระ) รองกระโถนเอง ไม่เคยให้ใครมาช่วย เราช่วยเราเอง (เกรงใจเขา ไม่ใช่อะไรหรอก อายด้วย) ถึงไม่ไหวก็ต้องฝืนให้มันไหว ขาข้างนี้ (ขาข้างขวา) ของเรายังพอช่วยตัวเองได้ เวลานั่ง (นั่งหม้อนอน) ใช้นั่งเท้าแขนเอา แบบนี้ (แสดงการนั่งโดยใช้แขนพยุงตัวให้นั่ง ท่านั่งเอนไปด้านหลัง มีแขนดันเตียงไม่ให้ล้ม) ไม่ค่อยถนัดเท่าไหร่ (แต่ว่าเรานั่งไม่นานเพราะจะรอให้ปวดเยอะก่อนค่อยถ่าย)"

(ผู้หญิงอายุ 38 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 20 วัน)

วิธีที่ 2 การปกปิดไม่ให้ผู้อื่นรับรู้การขับถ่ายอุจจาระของตน แม้ว่าการได้รับการกั้นม่านในระหว่างการขับถ่ายอุจจาระ ทำให้ผู้ป่วยไม่มีความกังวลในขณะขับถ่ายอุจจาระ รู้สึกมิดชิดกว่าไม่ปิดม่าน รวมทั้งการกั้นม่านไม่ทำให้เกิดกลิ่นรบกวนแก่ผู้ป่วยข้างเตียง แต่จากการศึกษาแม้ว่าจะได้รับการปิดกั้นม่านก็ไม่ได้ทำให้ผู้ป่วยรู้สึกว่ามิดชิด หรือไม่มีความเป็นส่วนตัวเพียงพอ เนื่องจากสภาพของหอผู้ป่วยที่ศึกษา การใช้ม่านไม่สามารถปิดให้มิดชิดในทุกด้านได้ มีส่วนที่สามารถทำให้มองเห็นผู้อื่นหรือผู้อื่นสามารถมองเห็นได้ เช่น มีส่วนที่เป็นกระจก

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

กั้นแต่ในขณะขับถ่ายไม่ได้เลื่อนม่านผ้าบริเวณที่เป็นกระจกด้วย หรือเป็นม่านคู่สำหรับให้ผู้ป่วยใช้ร่วมกัน เมื่อผู้ป่วยมีการขับถ่ายอุจจาระที่เตียงทำให้มีผู้ป่วยอื่นอยู่ร่วมด้วย

จากการศึกษา ผู้ป่วยได้มีการปกปิดไม่ให้ผู้อื่นรับรู้การขับถ่ายอุจจาระของตนร่วมด้วย ในผู้ป่วยที่ไม่มีการกั้นม่านหรือรู้สึกว่าการกั้นม่านยังไม่มิดชิดพอ ทั้งในสภาพที่เป็นม่านเดี่ยวและม่านคู่ อาจโดยการหลีกเลี่ยงไม่มองผู้อื่นในขณะขับถ่าย แกล้งแสดงเป็นอ่านหนังสือและใช้ผ้าห่มคลุมร่างกายไว้ เพื่อให้เกิดความรู้สึกมิดชิดมีความเป็นส่วนตัวเพิ่มขึ้นในขณะขับถ่ายอุจจาระ ไม่เป็นการเปิดเผยมากเกินไป และไม่ให้ผู้อื่นรู้ว่าตนกำลังขับถ่ายอุจจาระอยู่ ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

> "(การปกปิดในขณะขับถ่ายอุจจาระเมื่อไม่กั้นม่าน) ...เราจะคลุม (ใช้ผ้าห่มคลุม) ของเราเอง อายมากเลย ก็รู้สึกว่ามีคนมอง แต่เราไม่มองเขา บางครั้งทำเป็นอ่านหนังสือ ไม่ให้คนอื่นเขารู้ว่ากำลังถ่าย (อุจจาระ) อยู่"
>
> (ผู้หญิงอายุ 38 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 20 วัน)

> "เวลาที่ผมถ่ายอุจจาระ (บางทีผมไม่รูดม่านหรอก เกรงใจคนข้าง ๆ กลิ่นอุจจาระมันอยู่ในม่านนี้) ผมใช้ผ้าห่มคลุมเอา ไม่ให้คนอื่นเขาเห็นว่าเราถ่ายอยู่"
>
> (ผู้ชายอายุ 43 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 21 วัน)

วิธีที่ 3 การทำความสะอาดอวัยวะภายหลังการขับถ่าย จากการศึกษาพบว่า ผู้ป่วยที่ขับถ่ายอุจจาระบนเตียง และต้องทำความสะอาดภายหลังการขับถ่ายอุจจาระเบื้องต้นด้วยตนเอง มีการใช้กระดาษชำระจำนวนมาก อาจมีการใช้กระดาษชำระชุบน้ำ หรือใช้สำลีชำระในการทำความสะอาดอวัยวะภายหลังการขับถ่ายอุจจาระด้วยกระดาษชำระ จะทำให้ผู้ป่วยรู้สึกว่าอาจจะยังมีความสะอาดไม่เพียงพอ แต่ภายหลังจากทำความสะอาดเบื้องต้นนี้แล้ว จะมีการชำระทำความสะอาดด้วยสำลีชำระจากเจ้าหน้าที่อีกครั้งในเวลาเช็ดตัวตอนเช้า ซึ่งจะทำให้มีความรู้สึกสะอาดมากยิ่งขึ้น ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

> "เวลาทำความสะอาดทำเองครับ ใช้ทิชชูเยอะเหมือนกัน มันก็คงไม่สะอาด เราก็ต้องทนไม่สะอาด ทนไปหน่อย เพราะเราทำเองไม่ได้ แต่เดี๋ยวเวลาพยาบาลมาทำความสะอาดตอนเช้า เขามาเช็ดตัว เขาก็เช็ดก้นให้"
>
> (ผู้ชายอายุ 51 ปี, แผนกอายุรกรรม, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 9 วัน)

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

"(การทำความสะอาดอวัยวะภายหลังการขับถ่ายอุจจาระ) เช็ดเราก็เช็ดเอง เตรียมกระดาษทิชชูให้มันหนามือหน่อย จะได้ไม่เลอะมือ เช็ดจนเลี่ยมเชี่ยมเลย เสร็จแล้วก็ล้างมือนิด นึง จะได้ไม่เหม็น ตอนเช้าเขา (เจ้าหน้าที่) มีสำลีมาให้เช็ดก้น รู้สึกสบาย (สะอาด) เราก็สบายใจ"

(ผู้หญิงอายุ 64 ปี, แผนกศัลยกรรมทั่วไป,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 11 วัน)

"เวลาถ่ายเสร็จ ใช้ทิชชูเช็ดจะทำอย่างไรได้ มันไม่สะอาด ไม่เหมือนน้ำทุกอย่างไม่มีการเหมือนน้ำ ใช้ทิชชูเช็ดเป็น 2-3 เที่ยวนะ หลายหน มันก็ไม่เหมือนน้ำที่เราล้าง ไม่ได้ล้างมันก็เหมือนมีอะไรมาเครอะคระ เหนอะหนะ อยู่ก็ไม่รู้ ถ้าไม่ใช้มันก็ยิ่งเลอะ มันเลอะเราเดินไม่ได้ เราก็ต้องช่วยเหลือตัวเอง ป้าเอากระดาษทิชชูชุบน้ำมาเช็ด แล้วก็เอาแห้งเช็ดด้วย คือเอากระดาษทิชชูทำเป็นก้อนใหญ่ ๆ ใส่แก้ว แล้วเอาน้ำใส่ แล้วเราก็ชำระให้สะอาด แล้วก็เอาทิชชูแห้งเช็ดอีกที เช้า ๆ ถึงจะมีพยาบาลเอาสำลีมาให้ เป็นสำลีมีน้ำยาฆ่าเชื้อ แต่จะมีเฉพาะตอนเช้า มีก็แลสะอาดดีนะ แต่ก็ใช้ได้แต่ตอนเช้า"

(ผู้หญิงอายุ 51 ปี, แผนกอายุรกรรม,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 2 วัน)

"เวลาทำความสะอาด ลูกสาวเขาเอาสำลีมาเช็ดให้ สำลีซื้อมาเอง ลูกเขาเป็นคนจัดการทุกอย่าง ก็สะอาดดี"

(ผู้หญิงอายุ 66 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 19 วัน)

วิธีที่ 4 การปกปิดหม้อนอนภายหลังการขับถ่ายอุจจาระ ภายหลังการขับถ่ายอุจจาระเรียบร้อยแล้ว ในระหว่างที่ผู้ป่วยรอให้ญาติหรือรอคอยเจ้าหน้าที่มาเก็บหม้อนอนเพื่อไปชำระ เนื่องจากผู้ป่วยเกรงใจไม่กล้าที่จะบอกเจ้าหน้าที่ในทันที ผู้ป่วยจะมีการปกปิดอุจจาระในหม้อนอนไว้ เพื่อป้องกันบุคคลที่จะมาเก็บหม้อนอนไปชำระหรือผู้อื่นที่เดินผ่านมาพบเห็นอุจจาระของตน และป้องกันกลิ่นอุจจาระที่จะไปรบกวนผู้อื่น โดยการใช้กระดาษชำระ ใช้หนังสือพิมพ์ หรือใช้การตัดกระดาษมาประดิษฐ์เป็นอุปกรณ์ไว้ปกปิดหม้อนอนภายหลังการขับถ่ายอุจจาระ เพื่อป้องกันไม่ให้ใครมาพบเห็นอุจจาระและป้องกันกลิ่นอุจจาระที่จะไปรบกวนผู้อื่น ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

"กระโถนอีนี่ ถ้าเขา (เจ้าหน้าที่) มาเจอ เขาก็เก็บไป เราก็ไม่กล้าบอกให้พยาบาลเขามาทำ ถ้าเขาไม่มาเจอ มันก็ค้างอยู่แบบนั้น ป้ารอให้เขามาเจอ ไม่เคยใช้เขาหรอก เกรงใจ เพราะเป็นหน้าที่เขา ถ้าเราไปบอกเขา เดี๋ยวเขาจะว่าเราจ้ำจี้ จ้ำไชเขา แล้วอีกอย่างเราไม่ใช่เด็ก ๆ ป้าจะเอาทิชชูพับเป็นแผ่น ๆ ปิดกระโถนไว้ ปิดจนไม่เห็นอึ ต้องปิด ก็มันกระดาก คนเขาเดินไปเดินมา เขามองมาเขาก็รังเกียจเห็นขี้ จริงหรือเปล่า ก็กลัวคนเขารังเกียจ"

(ผู้หญิงอายุ 51 ปี, แผนกอายุรกรรม,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 2 วัน)

"เวลาอีเสร็จยังไม่ได้เอาไปทิ้งก็กังวล อยากให้ญาติมาไว ๆ ให้ญาติเอา (กระโถนอุจจาระ) ไปทิ้ง กลัวกลิ่นรบกวนเขา คือไม่อยากให้เขาเห็นอีเราด้วย อยากจะหาอะไรมาปิด ใช้ทิชชูไม่พอหรอกค่ะ ยังเห็น ยังไม่มิดชิด จะใช้หนังสือพิมพ์ปิดด้วย กลิ่นจะได้ไม่ออก"

(ผู้หญิงอายุ 38 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 20 วัน)

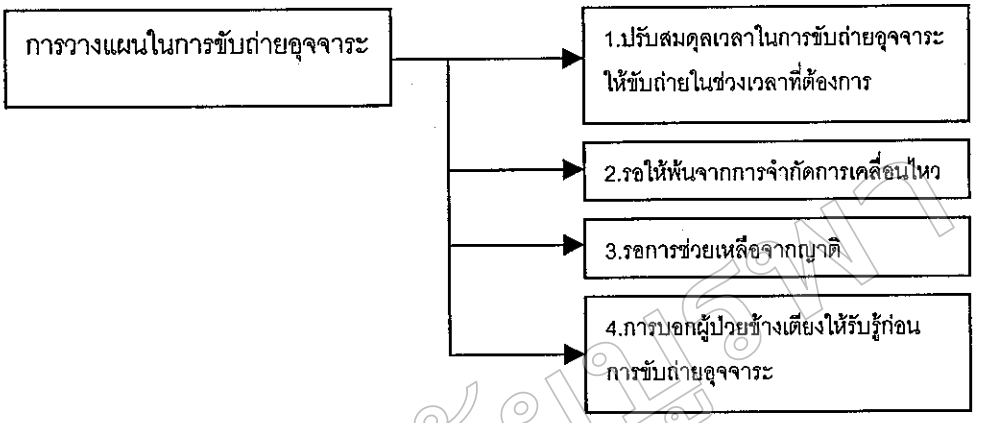
"เขา (เจ้าหน้าที่) บอกถ่ายเสร็จแล้วก็วาง (หม้อนอน) ไว้ เดี๋ยวจะมีคนมาเก็บให้ มีผู้ช่วยพยาบาล แม่บ้านมาเก็บให้ เราจะมีกระดาษปิดไว้ ไม่ให้กลิ่นมันออก ฉันมีกระดาษของฉัน ใช้กระดาษกล่องแข็ง ๆ ตัดทำมา ให้ลูกสาวเขาเตรียมไว้ให้ แบบมันอยู่ในนี้ (ห้องผู้ป่วยสามัญ) รวมกัน เดี๋ยวก็มีกลิ่น มีอะไร กลิ่นมันจะออกไป เกรงใจเขา"

(ผู้หญิงอายุ 64 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 11 วัน)

ลักษณะที่ 2 การวางแผนในการขับถ่ายอุจจาระ

จากการให้ความหมายต่อการขับถ่ายอุจจาระบนเตียงว่า มีความอับอาย จากการที่มานั่งขับถ่ายอุจจาระให้ผู้อื่นเห็น อับอายภาพ-กลิ่นของอุจจาระที่เกิดขึ้น ต่อทั้งผู้มาช่วยเหลือและผู้อื่นที่อยู่ใกล้เคียง เพื่อลดความอับอายจากการขับถ่ายอุจจาระที่เกิดขึ้นบนเตียง ผู้ป่วยได้มีการวางแผนการขับถ่ายอุจจาระ 4 วิธีโดย วิธีที่ 1 ปรับสมดุลเวลาในการขับถ่ายอุจจาระให้ขับถ่ายในช่วงเวลาที่ต้องการ วิธีที่ 2 รอให้พ้นจากการจำกัดการเคลื่อนไหว วิธีที่ 3 รอการช่วยเหลือจากญาติ และวิธีที่ 4 การบอกผู้ป่วยข้างเตียงให้รับรู้ก่อนการขับถ่ายอุจจาระ ดังภาพที่ 14

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University



ภาพที่ 14 การวางแผนในการขับถ่ายอุจจาระ

ดังรายละเอียดดังนี้

วิธีที่ 1 ปรับสมดุลเวลาในการขับถ่ายอุจจาระให้ขับถ่ายในช่วงเวลาที่ต้องการ โดยปกติผู้ป่วยต้องการที่จะหลีกเลี่ยงการขับถ่ายอุจจาระที่เตียงออกไปให้ยาวนานที่สุด แต่เมื่อไม่สามารถหลีกเลี่ยงการขับถ่ายอุจจาระต่อไปได้ ผู้ป่วยจะมีการวางแผนการขับถ่ายอุจจาระ ด้วยการปรับสมดุลเวลาการขับถ่ายให้อยู่ในช่วงเวลาที่คาดการณ์ไว้ ตามความต้องการของตนเอง มีการวางแผนขับถ่ายอุจจาระในเวลากลางคืน โดยผู้ป่วยจะกลั้นอุจจาระไว้ รอให้ถึงเวลากลางคืน เพราะเป็นช่วงที่ผู้ป่วยอื่นหลับหมด ทำให้ไม่มีใครมารับรู้การขับถ่ายอุจจาระที่เกิดขึ้นของตน ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"ถึงยังไงผมก็ต้องพยายามกลั้น (อุจจาระ) ไว้ให้ถึงที่สุด ทนให้นานที่สุด ผมไม่ถ่ายมา 8 วัน มันปวดแบบสุด ๆ ผมทนตั้งแต่เช้า ตัดสินใจตอนเย็นว่าจะถ่าย ถ้าไม่ถ่ายครั้งนี้เปรอะแน่ แต่ต้องรอจนมืดก่อน ให้เพื่อนหลับหมดก่อน นอนบิด (กลั้นอุจจาระ) ไว้ มาถ่ายตอน 5 ทุ่ม พยาบาลเอากระโถนมาให้ ปิดม่านให้ ก็มีอีกคน (ผู้ป่วยรายอื่น) อยู่ด้วยในม่าน แต่คงไม่เป็นไร เพราะเขานอนหันหลังให้ แล้วเขาก็คงจะหลับแล้วมั้ง"

(ผู้ชายอายุ 29 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 9 วัน)

"ก็คาดคะเนเอา แล้วก็ฟิตตัวเองไว้ พยายามโยกตัวโยกขาวันละนิด วันละหน่อย ไว้ตอนที่ไปได้ จะได้ไปเข้าห้องน้ำได้ จะกินน้อยลง กินแค่ 3 มื้อ ทีละ 3-4 คำก็พอ แล้วเวลาว่างจะไม่ทานอะไร พอเย็น ๆ แล้วก็นอนเลย จะไม่แตะของใครอีกเพราะว่ากลัวเวลาถ่ายมันจะลำบาก จะรอจนมันหายปกติ ยังไงผมก็ต้องทนให้ถึงที่สุด ถ้า

จำเป็นต้องถ่ายก็ต้องเป็นตอนกลางคืน ก็เคยขอทิชชูคนข้าง ๆ กลางคืนว่าจะถ่าย ทนไม่ไหวละ จะถ่ายแล้ว แต่ก็คงเป็นตอนเขาหลับหมดแล้ว ถึงจะถ่าย เพราะว่าเวลาเขาหลับหมด เราถ่ายก็ไม่มีใครได้ยิน คือสรุปง่าย ๆ ก็อายเขา ถ้าทนได้ทำได้ก็จะทนไปเรื่อย ๆ ให้ถึงที่สุด พอนอน ๆ ไป ก็อั้นไปเรื่อย เรื่อย เรื่อย จนหลับไป ก็เลยไม่ถ่ายเลย ก็เลยค่อยยังชั่ว เช้ามาก็เอาทิชชูมาคืนเขา"

(ผู้ชายอายุ 26 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 7 วัน)

วิธีที่ 2 รอจนกว่าพ้นจากการจำกัดการเคลื่อนไหว ผู้ป่วยที่คาดการณ์ได้ว่าในเวลาอีกไม่นานตนเองจะพ้นจากการจำกัดการเคลื่อนไหว ผู้ป่วยจะพยายามหลีกเลี่ยงต่อไปโดยการนอนหลับ เพื่อไม่ให้มีการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง รอจนกว่าตนเองสามารถไปขับถ่ายอุจจาระในห้องน้ำได้ ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"เช้านี้ก็มีปวดท้อง แต่ว่าไม่อยากถ่าย ก็พยายามนอนให้หลับ พอหลับก็หลับไปเลย อยากหลับจะได้ไม่ต้องถ่าย หลังจากนั้นก็หายปวดไปเลย วันนี้หมอจะเริ่มให้ทำกายภาพได้ ถ้าเดินได้ ต้องไปห้องน้ำแน่นอน สะดวกกว่า"

(ผู้ชายอายุ 23 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 4 วัน)

วิธีที่ 3 รอจนกว่าถึงเวลาที่ญาติมาช่วยเหลือ การได้รับความช่วยเหลือจากญาติ ทำให้ไม่เกิดความอับอายหรือเกิดความเกรงใจ เหมือนกับการได้รับความช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่ จึงทำให้ผู้ป่วยรอการช่วยเหลือจากญาติเมื่อต้องการขับถ่ายอุจจาระ ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"ให้แม่เป็นคนช่วยตอนจะถ่ายครับ (กับแม่จะทำอะไรก็ได้ครับ เปิดผ้า เอาอะไร ทำให้ลูก ได้หมด อยากให้แม่ทำมากกว่า มันอายคุณหมอ อายพยาบาล หรืออายใครไม่รู้ มันจะไม่ถ่าย) แต่ถ้าเห็นคนในบ้านมา แม่มา อย่างนี้นะ เออออยากถ่ายทุกที ให้แม่เขาหยิบกระโถนให้ ก็ตั้งแต่อยู่โรงพยาบาลมา ถ่ายตอนแม่อยู่ด้วยทุกครั้ง มีถ่ายกับพยาบาลแค่ครั้งเดียวเอง"

(ผู้ชายอายุ 40 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 32 วัน)

"วันไหนจะถ่าย (อุจจาระ) จะรอจนกว่าลูกมา เรารู้เวลาที่ลูกจะมาอยู่แล้ว พอลูกเรามา ลูกก็ช่วยเรา ลูกมาทำให้ (ถ้าลูกมานี่ จะไม่ใช้พยาบาลเลย) ให้ลูกเขามาทำ

ให้ เอาอย่างโน้นมาให้ เอาอย่างนี้มาให้ (หยิบ-เก็บหม้อนอน) บอกลูกได้ ให้พยาบาล ทำเกรงใจเขา (ต้องทำงานตั้งหลายอย่าง ไม่ใช่มีเราคนเดียว)

(ผู้ชายอายุ 60 ปี, แผนกอายุรกรรม, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 12 วัน)

วิธีที่ 4 การบอกผู้ป่วยข้างเตียงให้รับรู้ก่อนการขับถ่ายอุจจาระ ถ้าการขับถ่ายอุจจาระในครั้งนั้นมีผู้ป่วยข้างเตียงอยู่ด้วย โดยเฉพาะตึกรักษาที่มีการใช้ม่านคู่ ผู้ป่วยจะใช้วิธีการบอกให้ผู้ป่วยข้างเตียงทราบก่อน ว่าตนเองจะขับถ่ายอุจจาระ เพื่อให้เพื่อนผู้ป่วยเตรียมพร้อม ในผู้ป่วยที่ลุกไม่ได้อาจมีการปิดจมูก ส่วนผู้ป่วยที่สามารถเดินได้ จะได้ลุกเดินไปที่อื่นในขณะที่ผู้ป่วยขับถ่ายอุจจาระ ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"เวลาที่เราจะอึ ก็บอกคนที่อยู่ข้าง ๆ กลัวเขาจะเหม็น เพราะเรากลั้น (อุจจาระ) มาหลายวัน เขาจะได้ลุกไปเวลาเราถ่าย ไม่ก็ปิดจมูกไว้ก่อน เพราะบางคนก็สุดความสามารถ (ที่จะป้องกันไม่ให้เขาได้รับผลกระทบ) เขาก็ไม่ไป เขาลุกไม่ได้ (เขาก็ต้องทน)"

(ผู้หญิงอายุ 38 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 20 วัน)

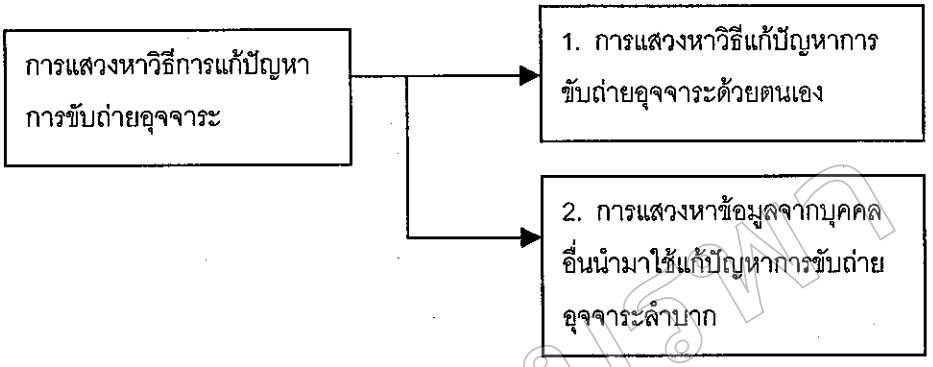
"มีเตียงข้าง ๆ อยู่ จะบอก จะถ่ายล่ะ บางทีถ้าเขาลุกเดินได้ เขาจะลุกไปทางโน้น (ออกไปอยู่ที่ระเบียง) ถ้าลุกไม่ได้เขาก็ทำใจ เพราะเราถือว่าเอาใจเขามาใส่ใจเรา เพราะมันลุกไม่ได้ ไม่มีใครเขาอยากมานั่งถ่ายให้เราเห็นต่อหน้าต่อตา"

(ผู้ชายอายุ 60 ปี, แผนกอายุรกรรม, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 12 วัน)

ลักษณะที่ 3 การแสวงหาวิธีการแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระ

จากการได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระส่วนใหญ่ ทำให้เกิดการขับถ่ายอุจจาระลำบาก เกิดความทรมาน มีความเจ็บปวดบริเวณทวารหนัก และทำให้ไปเพิ่มความเจ็บปวดตรงที่มีพยาธิสภาพของความเจ็บป่วย ในขณะขับถ่ายอุจจาระ ผู้ป่วยได้มีการเรียนรู้แสวงหาวิธีการแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระ เพื่อให้สามารถขับถ่ายอุจจาระได้ ลดความเจ็บปวดทรมานในขณะขับถ่ายอุจจาระลง โดย 2 วิธีคือ วิธีที่ 1 การแสวงหาวิธีแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระลำบากด้วยตนเอง วิธีที่ 2 การแสวงหาข้อมูลจากบุคคลอื่นนำมาใช้แก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระลำบาก ดังภาพที่ 15

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University



ภาพที่ 15 การแสวงหาวิธีการแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระ

รายละเอียดดังนี้

วิธีที่ 1 การแสวงหาวิธีการแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระด้วยตนเอง ผู้ป่วยมีการเลือกใช้วิธีการต่าง ๆ เพื่อแก้ปัญหาในขณะขับถ่ายอุจจาระ ผู้ป่วยที่มีการขับถ่ายอุจจาระลำบาก ขับถ่ายอุจจาระไม่ออก จะรอให้มีอาการปวดอุจจาระเต็มที่จนไม่สามารถกลั้นอุจจาระได้ มีการใช้การเบ่งถ่ายร่วมในขณะขับถ่าย หรือการเพิ่มสิ่งกระตุ้นให้มีอุจจาระ โดยการดื่มน้ำ การรับประทานผักผลไม้เพิ่มขึ้น ใช้การกดหน้าท้องเพื่อช่วยให้ขับถ่าย โดยใช้วิธีใด วิธีหนึ่งหรือร่วมกัน ดังคำพูดต่อไปนี้

> "ครั้งแรกมานั่งถ่าย มันถ่ายไม่ออก เจอกระโถนมันก็หายปวด (ปวดถ่ายอุจจาระ) ไป นั่งยังไงก็ไม่ถ่าย ปวดเยอะก็ไม่ถ่าย จนมัน (อาการปวดถ่ายอุจจาระ) หายไปเลย ...ต้องรอให้ปวดเต็มที่ จนกลั้นไม่อยู่ถึงจะถ่ายออก ถ้าปวดนิด ๆ นี่ถ่ายไม่ออกหรอก"
>
> (ผู้ชายอายุ 51 ปี, แผนกอายุรกรรม, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 9 วัน)

> "4 วันมาแล้วยังไม่ถ่ายเลย อยากจะถ่ายแต่ถ่ายไม่ออก อย่างตอนเช้าเริ่มปวดถ่าย ปวดเอากระโถนมานั่งมันไม่ออก ก็ต้องคอยเบ่งให้มันออก เบ่งอยู่นานเหมือนกัน แต่มันไม่ออก ก็อืดอัด (ท้อง) อยู่ ก็หากินผลไม้ กินส้ม กินองุ่น จะให้ถ่าย ถ่ายไม่ออกก็เลยกิน คือเคยรู้ว่าต้องกินพวกนี้ กินเยอะวันนี้ ผลไม้มาทานเยอะวันนี้ครับ ก็ได้ผลมาถ่ายตอนบ่าย ใช้เวลาเบ่งนานเหมือนกันกว่าจะถ่ายครับ พอถ่ายได้ก็สบาย โล่ง"
>
> (ผู้ชายอายุ 23 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 4 วัน)

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

"อึดอัดมา 2 วันแล้วครับ อยากจะถ่ายจะได้โล่ง (การแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระไม่ออก) เมื่อคืนผมกินนมด้วยตอนประมาณ 3 ทุ่ม ให้น้องสาวเขาเตรียมไว้ให้กินไปครึ่งแก้วกว่า ๆ กินนมเข้าไปเพื่อจะได้ถ่าย เผื่อดีขึ้นมั่ง แต่มันกลับปวดท้อง แน่นท้องกว่าเดิม ต้องให้พยาบาลเขามาไขเตียงให้นั่ง พอเช้ามาวันนี้ตื่นมาก็ปวด (ปวดอุจจาระ) ยังไม่ได้กินข้าว ปวดแต่ถ่ายไม่ออก อยากถ่าย ก็พยายามเบ่งให้มันถ่าย แต่ไม่ถ่าย เลยกินชมพู่ไป 2 ลูก กินน้ำใหญ่ พอปวดท้องอึ หลังจากนั้นเอากระโถนมารอง 2 ครั้ง นอนกดท้อง เอานิ้วกด กว่าจะถ่ายได้ก็ตอนเที่ยง"

(ผู้ชายอายุ 35 ปี, แผนกศัลยกรรมทั่วไป, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 7 วัน)

วิธีที่ 2 การแสวงหาข้อมูลจากบุคคลอื่นนำมาใช้แก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระลำบาก จากปัญหาที่เกิดขึ้นในขณะมีการขับถ่ายอุจจาระลำบาก ผู้ป่วยได้มีการแสวงหาข้อมูลเพื่อนำมาใช้เป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาที่ยังมีอยู่ โดยการถามบุคลากรทางการพยาบาล หรือถามญาติ ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

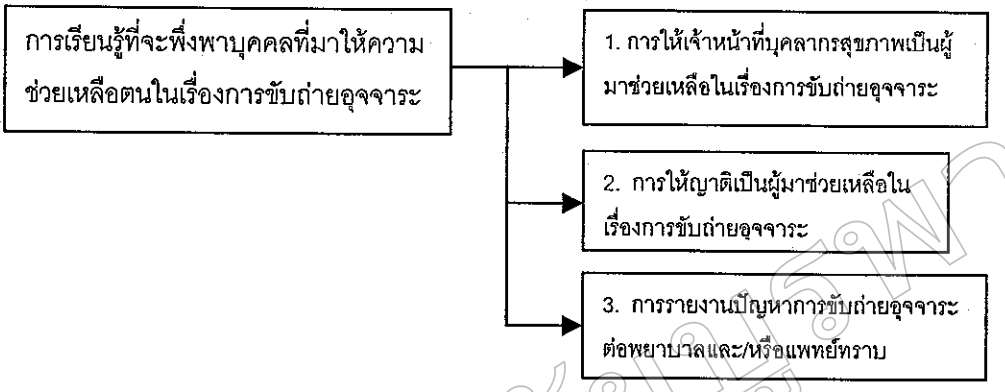
"ปกติท้องคนเรามันน่าจะถ่าย (อุจจาระ) ได้แล้ว ตั้งหลายวันแล้ว ผมก็พยายามถามพยาบาล คุณพยาบาลเขาบอกว่ามันต้องขยับมันถึงจะถ่าย ผมก็ขยับแต่มันก็ยังไม่ถ่าย นั่งกระโถน มัน (อุจจาระ) จะออกมันก็ไม่ออก เบ่งแล้วมันก็ไม่ออก ถามแม่ แม่เขาบอกไม่ออกก็ต้องกิน กินเข้าไป เขาบอกให้กินผลไม้กับน้ำก็กิน กินแล้วมันก็แน่น ไม่ยอมถ่าย (...บอกหมอได้ยาน้ำขาว ๆ มากิน มันก็ช่วยได้ (ขับถ่ายอุจจาระได้)...)"

(ผู้ชายอายุ 40ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 32 วัน)

ประการที่ 2 การเรียนรู้ที่จะพึ่งพาบุคคลที่มาให้ความช่วยเหลือตนในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ

การที่ผู้ป่วยได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว และต้องขับถ่ายอุจจาระที่เตียง ทำให้ผู้ป่วยมีการเรียนรู้ที่จะพึ่งพาบุคคลที่มาให้ความช่วยเหลือตนในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ โดยบุคคลที่ผู้ป่วยจะขอให้ช่วยเหลือมีใน 3 ลักษณะคือ ลักษณะที่ 1 การให้เจ้าหน้าที่บุคลากรสุขภาพเป็นผู้มาช่วยเหลือในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ ลักษณะที่ 2 การให้ญาติเป็นผู้มาช่วยเหลือในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ และลักษณะที่ 3 การรายงานปัญหาการขับถ่ายอุจจาระต่อพยาบาลและ/หรือแพทย์ทราบ ดังภาพที่ 16

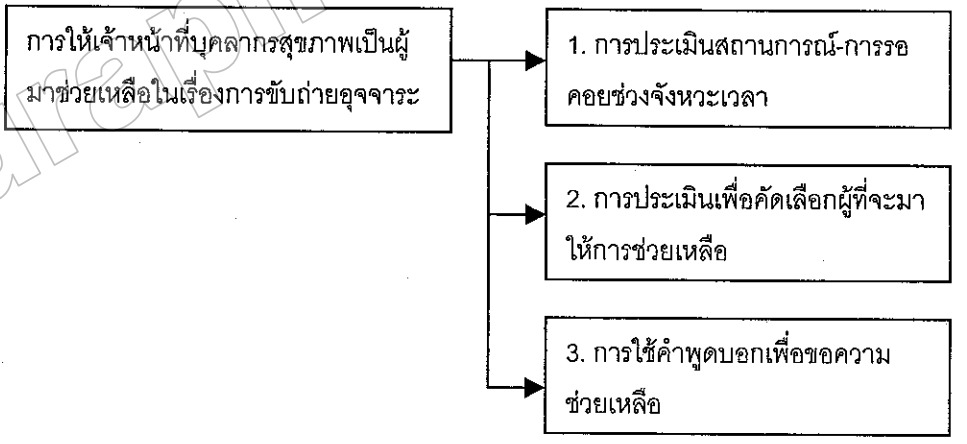
มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University



ภาพที่ 16 การเรียนรู้ที่จะพึ่งพาบุคคลที่มาให้ความช่วยเหลือตนในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ

ดังรายละเอียดคือ

ลักษณะที่ 1 การให้เจ้าหน้าที่บุคลากรสุขภาพเป็นผู้มาช่วยเหลือในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ จากการที่ผู้ป่วยมีความเกรงใจเจ้าหน้าที่ที่มาช่วยเหลือ ผู้ป่วยได้มีการเรียนรู้วิธีการบอกความต้องการการขับถ่ายอุจจาระ และขอความช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่ ด้วยวิธีการต่าง ๆ ได้แก่ วิธีที่ 1 การประเมินสถานการณ์-การรอคอยช่วงจังหวะเวลา วิธีที่ 2 การประเมินเพื่อคัดเลือกผู้ที่จะมาให้การช่วยเหลือ และวิธีที่ 3) การใช้คำพูดบอกเพื่อขอความช่วยเหลือ ดังภาพที่ 17



ภาพที่ 17 การให้เจ้าหน้าที่บุคลากรสุขภาพเป็นผู้มาช่วยเหลือในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ

รายละเอียดดังนี้

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

วิธีที่ 1 การประเมินสถานการณ์-การรอคอยช่วงจังหวะเวลา จากการที่ผู้ป่วยมีความรู้สึกเกรงใจเจ้าหน้าที่ที่ต้องมาให้ความช่วยเหลือตนเองในเรื่องของการขับถ่ายอุจจาระ ผู้ป่วยจะมีการประเมิน คือ 1) การประเมินสถานการณ์ของตนเอง และ 2) การประเมินสถานการณ์ของเจ้าหน้าที่ ว่าเมื่อใดควรจะตัดสินใจขอความช่วยเหลือได้แล้ว ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1.1 การประเมินสถานการณ์ตนเอง เป็นการประเมินสถานการณ์ตนเองเกี่ยวกับอาการปวดถ่ายอุจจาระ ผู้ป่วยรอคอยจนอาการปวดถ่ายอุจจาระของตนเองมากขึ้น หรือในผู้ป่วยที่มีญาติแต่ไม่สามารถรอให้ญาติมาช่วยเหลือได้เมื่อมีอาการปวดถ่ายอุจจาระ ผู้ป่วยจะตัดสินใจขอความช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่ ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

> "เวลาที่ปวด (อุจจาระ) จะคอยก่อน กะว่าพอจะออกมา (อุจจาระ) ค่อยขอกระโถน เพราะมันปวด (ปวดถ่ายอุจจาระ) แล้วหาย ต้องรอให้ปวดเยอะก่อน บางทีก็นานเป็นครึ่งชั่วโมงถึงจะออกมา (ขับถ่ายอุจจาระออก) ก็ต้องรอให้ปวดเยอะก่อนถึงจะขอกระโถนทีเดียว ไม่อย่างนั้นต้องขอกระโถนเขาหลายครั้ง บางทีมันก็ยังไม่ออก"
>
> (ผู้หญิงอายุ 38 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 20 วัน)

> "ต้องรอให้ปวดท้อง (ปวดถ่ายอุจจาระ) เยอะ ๆ ก่อนถึงจะถ่าย บางทีก็นาน บางทีก็ไม่นาน ถ้าเราอั้นไว้ ๆ กะโถน (หม้อนอน) ใส่ปุ๊บ พอมาถึงก็ออก (ขับถ่ายอุจจาระออกมา) เราอั้นไว้ให้มันเต็มที่ซะก่อน จะได้ออกง่าย ถ้าปวดคอยลูกได้ ก็คอยเกรงใจเขา (เจ้าหน้าที่) ถ้ามันยังไหว (ยังสามารถกลั้นอุจจาระได้) บางทีก็รอลูกไหว (รอให้ลูกมาช่วยเหลือในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ) บางทีก็ไม่ไหว แต่ถ้ามันเต็มที่ (มีอาการปวดถ่ายอุจจาระมากขึ้น) จำเป็นก็ขอเขา (ขอความช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่) บอกเขา เขาก็เอากระโถนมาให้"
>
> (ผู้ชายอายุ 60 ปี, แผนกอายุรกรรม, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 12 วัน)

1.2 การประเมินสถานการณ์เจ้าหน้าที่ จากการที่ผู้ป่วยมีความเกรงใจเจ้าหน้าที่ เมื่อต้องการขอความช่วยเหลือในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ ผู้ป่วยมีการเรียนรู้โดยการประเมินสถานการณ์เจ้าหน้าที่ที่ตนต้องการขอความช่วยเหลือก่อนว่า ไม่ได้มีภาระจากการทำงานและดูช่วงจังหวะเวลาที่เหมาะสม หรือจังหวะที่เจ้าหน้าที่เดินผ่านมา ตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

"จะให้พยาบาลเขาหยิบกระโถนให้ก็เกรงใจเขา ถ้าเขายุ่ง ๆ ผมก็ไม่ขอ (หม้อนอน) ถ้าเขาไม่ยุ่งผมจะขอ (คือตาผมมันเห็นภาพซ้อนกันอยู่ ถ้ามองใกล้ ๆ ผมถึงจะเห็นชัด) เห็นคนเดินไปมา แต่ก็ไม่รู้ว่าเป็นใคร ถ้าเขาเดินธรรมดาเฉย ๆ ไม่รีบร้อนอะไรผมก็ขอ ถ้าเดินฉับ ๆ รีบไปไหน แสดงว่าคงมีอะไรทำอยู่ ผมก็ทนไปก่อน"

(ผู้ชายอายุ 51 ปี, แผนกอายุรกรรม,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 9 วัน)

"ใจคอยให้มันปวดก่อน (ปวดอุจจาระ) บางทีมันจะปวด เราก็เอากระโถนมาคอย จะบอกก่อนให้เอามา (มีการเตรียมหม้อนอนไว้) เพราะบางทีเขาก็ไม่ว่างกัน ก็จะดูจังหวะ ดูว่าเขายุ่งกันหรือเปล่า คนไหนที่เขาเดินว่างฉันก็จะบอกเขา ขอเอามาเตรียมไว้ก่อน"

(ผู้หญิงอายุ 67 ปี, แผนกอายุรกรรม,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 4 วัน)

"ไม่อยากเรียกเขา (เจ้าหน้าที่) แต่เวลาจะเอากระโถน ต้องให้เขาเอามาให้ ก็รอเขา เผื่อเดินผ่านเข้ามาถึงขอ เกรงใจเขา ไม่กล้าเรียกเข้าไป (กดสัญญาณบอกไปที่ห้องทำงานพยาบาล) ไม่รู้ว่าเขามีงานอะไรกันอยู่หรือเปล่า"

(ผู้ชายอายุ 23 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 4 วัน)

วิธีที่ 2 การประเมินเพื่อคัดเลือกผู้ที่จะมาให้ความช่วยเหลือ ก่อนที่ผู้ป่วยจะขอความช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่ ผู้ป่วยจะมีการเรียนรู้ในการประเมินเจ้าหน้าที่ที่ตนเองจะเลือกมาให้ความช่วยเหลือ โดยประเมินจาก ลักษณะท่าทางของผู้ที่สามารถขอความช่วยเหลือได้ เลือกจากลักษณะบุคคลที่มีท่าทางใจดี ลักษณะการพูดที่ดี ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"ดูว่าคนไหนที่เอา (หม้อนอน) ให้เราได้ ฉันไม่ขอพร่ำเพรื่อ จะดูคนไหนใจดี ใจไม่ดี ก็ดูว่าเขาพูดยังไง บางคนก็แลดี บางคนก็ตวาดแว็ด ๆ ก็ไม่ขอ อย่างหัวหน้าตึกเขาก็ใจดี ฉันขอกระโถนเขาก็เอามาให้"

(ผู้หญิงอายุ 67 ปี, แผนกอายุรกรรม,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 4 วัน)

วิธีที่ 3 การใช้คำพูดบอกเพื่อขอความช่วยเหลือ ผู้ป่วยมีการใช้คำพูดเพื่อขอความช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่ โดย 1) การใช้วาจาที่สุภาพคัดสรรคำพูดที่ดี 2) การพูดโดยไม่

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ให้บุคคลอื่นรับรู้ และไม่เป็นการรบกวนเจ้าหน้าที่ 3) การกล่าวขอบคุณ/การไหว้ขอโทษเพื่ออโหสิกรรม ดังต่อไปนี้

3.1 การใช้วาจาที่สุภาพคัดสรรคำพูดที่ดี เพื่อให้ได้รับความช่วยเหลือในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ และได้รับการตอบสนองด้วยดีตามที่ต้องการ ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"ป้าค่อย ๆ พูด ไม่พูดแบบโฮกฮาก ใช้คำนิ่ม ๆ ป้าขอกระโถนหน่อยหนู พูดกับเขาดี ๆ พูดไม่ดีใครเขาคงไม่ชอบ"

(ผู้หญิงอายุ 51 ปี, แผนกอายุรกรรม, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 2 วัน)

"ผมบอกพยาบาลเขาว่า ผมปวดท้อง จะถ่าย ผมไม่ได้ถ่ายมาหลายวันแล้วครับ เขาก็ไปเอากระโถนมาให้ เราวานเขาเราต้องพูดดี กลัวเขาทำแรง กลัวเขาว่าเรามารยาทไม่ดี กลัวเขาแกล้งทำเป็นไม่ได้ยิน"

(ผู้ชายอายุ 35 ปี, แผนกศัลยกรรมทั่วไป, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 7 วัน)

3.2 การพูดโดยไม่ให้บุคคลอื่นรับรู้และไม่เป็นการรบกวนเจ้าหน้าที่ ในการพูดขอความช่วยเหลือในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระการพูดโดยไม่ให้บุคคลอื่นรับรู้ อาจใช้วิธีการบอกเมื่อเจ้าหน้าที่มาใกล้ และการพูดไม่ให้เสียงดัง เพื่อไม่ให้ผู้ป่วยอื่นได้ยิน เนื่องจากเห็นว่าเป็นเรื่องส่วนตัวที่ผู้ป่วยไม่ต้องการให้ผู้อื่นรับรู้ ส่วนการกดสัญญาณขอความช่วยเหลือจะเป็นวิธีการสุดท้ายที่ผู้ป่วยเลือกใช้ เนื่องจากการพูดผ่านสัญญาณขอความช่วยเหลือจะทำให้หลาย ๆ คนรู้ว่าตนเองจะทำอะไร และไม่ต้องการรบกวนเจ้าหน้าที่ซึ่งทำงานอยู่ในห้องทำงาน ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"(เรื่องน้ำเกลือ เรื่องอะไรนี่ ตะโกนบอกเขาเลยครับผม) ถ้าปวดอึ ค่อย ๆ เรียกเขา กดออดเรียก เวลากดมันจะไปดังถึงในห้องทำงาน แล้วเขาก็ตะโกนอยู่ข้างในมีอะไรให้ช่วยคะ เราไม่พูด แล้วก็มีพยาบาลผู้ช่วยน่ะ เดินออกมา ใครกดออด ผมก็ยกมือ เขาก็ถามจะเอาอะไร ผมจะทำท่ากวักมือ ค่อย ๆ เรียกเขา เขาก็มานี่ ถามอะไรครับ ขอกระโถนหน่อยครับ (ทำท่าพูดเบาๆ) ไม่ได้ตะโกน ถ้าตะโกนได้ยินทุกเตียง มันยังไงไม่รู้ครับ ไม่กล้าพูดดัง กลัวคนอื่นเขาได้ยิน"

(ผู้ชายอายุ 40 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 32 วัน)

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

"เวลาจะอึ จะให้พยาบาลเขาเป็นคนเอากระโถนมาให้ รอให้เขา (เจ้าหน้าที่) ผ่านมาก็เรียก หนูเอาหม้อฉี่ให้หน่อย เขาก็เอามาให้ ถ้าเรากดออด (สัญญาณเรียก) เขาจะได้ยินในนั้น (ในห้องทำงานพยาบาล) เราไม่อยากร้องเรียกดัง กดออดมันจะไปดังในนั้น บางทีเขากำลังทำงาน กลัวรบกวนเขา"

(ผู้หญิงอายุ 64 ปี, แผนกศัลยกรรมทั่วไป, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 11 วัน)

3.3 การกล่าวขอบคุณ/การไหว้ขอโทษเพื่ออโหสิกรรม ผู้ป่วยมีการกล่าวคำขอบคุณผู้ที่มาช่วยเหลือ หรือมีการยกมือไหว้ภายหลังได้รับการช่วยเหลือในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ เป็นการขอโทษผู้มาช่วยเหลือเพราะกลัวเป็นบาปกรรม ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"(ก็เหนื่อยเหมือนกันเวลาทำเอง แต่ก็อยากทำเอง ไม่อยากกวนใจเขา) ถ้าเขา (เจ้าหน้าที่) มาช่วยรองหม้อนอนให้ถ่ายอุจจาระก็จะบอกขอบคุณเขา"

(ผู้หญิงอายุ 67 ปี, แผนกอายุรกรรม, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 4 วัน)

"ที่เคยปวดท้อง (ถ่ายอุจจาระ) พยาบาลเขาเอากระโถนมารองให้ พอรองเสร็จเขาก็ไปไหนนานหน่อย เพราะเขามีธุระ บอกผมถ้าถ่ายเสร็จให้กดออด เรากดออด เขาก็บอกเดี๋ยว ผมก็นอนรอครับ นอนอยู่บนกระโถน รอให้เขามาเอาออกให้ เขามาทำให้ ผมต้องยกมือไหว้ก่อน ขอโทษเขาครับ กลัวเป็นกรรม (ไม่เหมือนแม่ สบายใจกว่า ยังไงก็แม่เรา)"

(ผู้ชายอายุ 40 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 32 วัน)

ลักษณะที่ 2 การให้ญาติเป็นผู้มาช่วยเหลือเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ การให้ญาติช่วยเหลือในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระแทนเจ้าหน้าที่บุคลากรสุขภาพ จากการศึกษา ในผู้ป่วยที่มีญาติมาเยี่ยม ผู้ป่วยจะพึ่งพาญาติให้ช่วยเหลือเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ เนื่องจากมีความรู้สึกที่ดีกว่าการได้รับความช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่ เพราะญาติมีความรู้สึกผูกพันธ์ทำให้ไม่อับอายหรือเกรงใจ และรู้สึกอบอุ่นใจ ผู้ป่วยได้มีการเรียนรู้ที่จะให้มีการจัดการในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระให้เรียบร้อยในขณะที่มีญาติอยู่ หรือเรียนรู้ที่จะบริหารจัดการเพื่อเตรียมพร้อมรับสถานการณ์ล่วงหน้า มีการเตรียมพร้อมอุปกรณ์สำหรับการขับถ่ายอุจจาระไว้ก่อนที่ญาติจะกลับ เช่น การเตรียมหม้อนอน ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

"(วันไหนจะถ่าย ลูกมา ให้ลูกทำให้) ไม่ต้องพึ่งพาพยาบาลเขา เป็นลูกเราสบายกว่า บอกยังไงก็ลูกเรา พยาบาลจะใช้ก็เกรงใจเขา มันจำเป็นถึงใช้เขา ไม่จำเป็นก็ไม่ใช้หรอก ถ้าทำได้ก็ไม่ใช้ ถ้าลูกมานี่ ไม่ใช้เลย ให้ลูกเขามาทำ เอาอย่างโน้นมา เอาอย่างนี้มา (หยิบ-เก็บหม้อนอน) บอกลูกได้ ยังไงใช้ลูกหลานเราสบายใจกว่า ไม่กังวล"

(ผู้ชายอายุ 60 ปี, แผนกอายุรกรรม,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 12 วัน)

"(การดูแลเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ) ลูกทำให้สบายใจกว่า ไม่ต้องเกรงใจ บางทีลูกเขามาได้จังหวะ (ถ่ายอุจจาระ) เขาก็จะดูแลให้ มาเจอเวลาเราถ่าย เขาก็จะมาเท (ชำระหม้อนอน) มาอะไรให้ เช็ดเก็บให้เรียบร้อย แล้วก็เอามาวางไว้ให้อย่างเก่า พอถึงเวลาเขาจะกลับก็ถามก่อน แม่จะเอากระโถนมาขี้มาเยี่ยวหรือเปล่า ถ้าเอา (ต้องการขับถ่าย) เขาก็เอากระโถนมาให้ เทให้"

(ผู้หญิงอายุ 67 ปี, แผนกอายุรกรรม,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 4 วัน)

"เวลาที่แม่เขาจะกลับบ้าน จะเตรียมกระโถน (หม้อนอน) ไว้ตั้งแต่ยังไม่ปวด (ปวดถ่ายอุจจาระ) ให้แม่เขาเตรียมไว้ให้เลย เตรียมไว้ก่อน 2 ใบ เตรียมไว้ตลอดเลย (เวลาปวดจะได้ไม่ต้องขอหม้อนอนเจ้าหน้าที่เขา) ให้แม่ทำ ก็มันไม่เกรงใจ แม่ของเรา จะได้ไม่ต้องขอคนอื่น เกรงใจเขา (เจ้าหน้าที่) แบบว่าคนอื่นอย่างนี้เราเกรงใจ"

(ผู้หญิงอายุ 38 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 20 วัน)

ลักษณะที่ 3 การรายงานปัญหาการขับถ่ายอุจจาระต่อพยาบาลและ/หรือแพทย์ทราบ จากการศึกษา เมื่อผู้ป่วยมีปัญหาการขับถ่ายอุจจาระ ภายหลังการพึ่งพาตนเองในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระแต่ยังไม่สามารถแก้ไขปัญหาการขับถ่ายได้ ผู้ป่วยจะรายงานปัญหาการขับถ่ายอุจจาระให้กับพยาบาลหรือแพทย์ทราบเพื่อให้การช่วยเหลือ โดยพยาบาลมีการรายงานปัญหาให้แพทย์ทราบเมื่อรับทราบปัญหาจากผู้ป่วย หรือแพทย์อาจรับทราบปัญหาโดยตรงจากผู้ป่วย ปัญหาถูกแก้ไขโดยการใช้ยา ได้แก่ การรับประทานยาระบาย การใช้ยาสวนอุจจาระ ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"มานี่ ก็นอนอยู่อย่างนี้ 3 วัน 4 วัน ยังไม่ถ่าย ก็บอกพยาบาล เขาบอกให้บอกหมอด้วย ...ผมบอกหมอที่มาดู ผมไม่ถ่ายมา 2-3 วันแล้วนะครับ เขาก็บอกว่าจะให้พยาบาลเอายาระบายให้กินนะ กินแล้วก็ถ่ายเหมือนกันนะครับ ช่วยให้เราระบายออก

ก็บอกหมอแต่เรื่องยา ไม่ได้ทำอย่างอื่น มีแต่ถามว่ากินยาตอนนี้จะถ่ายตอนไหน (จะได้ถ่ายตอนที่ญาติมาอยู่ด้วย)"

(ผู้ชายอายุ 40 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 32 วัน)

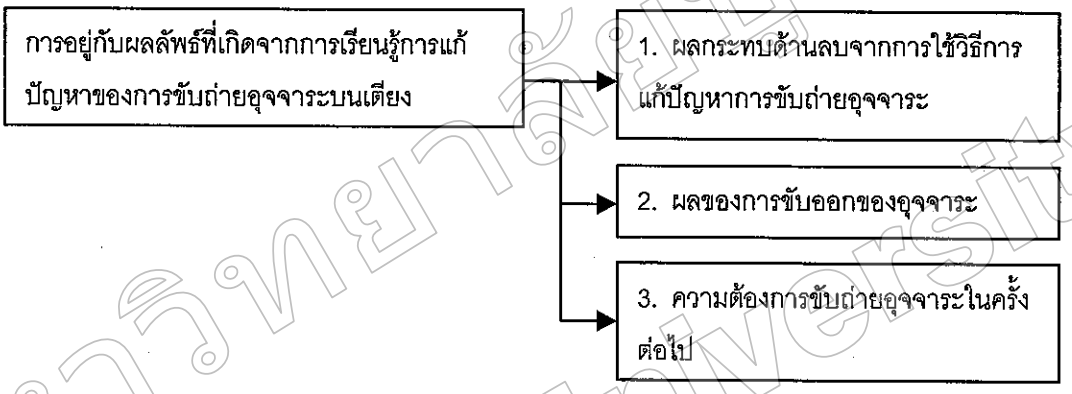
"มันปวดจะถ่ายอย่างเดียว ไม่ออก ปวดนานเป็นวัน วันกับครึ่งวัน ปวดธรรมดาทุกทีมันก็ออก แต่คราวนี้มันไม่ออก กินปกติทุกอย่าง ก็มันไม่ปวดมา 4 วัน 5 วัน วันที่ 5 มันปวด แล้วก็ทำไงมันก็ไม่ออก เบ่งก็ไม่ออก นั่งกระโถนวันแรกนั่ง 3 ครั้งครับ วันที่ 2 ชักนั่ง ชักนั่ง (สอดหม้อนอนเข้าออก) มันยังไงล่ะ มันจะออกแต่มันไม่ออก พอกระโถนมาใส่เบ่งแล้วมันก็ไม่ออก มันเฉย ทีนี้ปวดก้นกบเรื่อย ๆ ปวดไปหมด ตัดสินใจให้แม่ไปบอกหมอ (แพทย์) มา เขาก็บอกแม่ว่าจะสวนมั้ย (ใช้ยาสวนอุจจาระ) หมอเขาถามแม่ว่ากี่วันแล้ว แม่บอก 6 วัน งั้นสวน เขาบอกแม่ พอเขาสวนผมก็ปล่อยเลย (ถ่ายอุจจาระออก)"

(ผู้ชายอายุ 40 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 32 วัน)

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ระยะที่ 4 การอยู่กับผลลัพธ์ที่เกิดจากการเรียนรู้การแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง

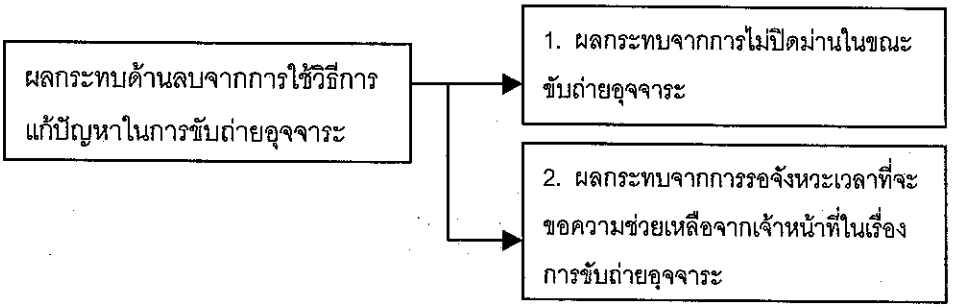
จากการให้ความหมายการขับถ่ายอุจจาระที่เตียง ประสบการณ์การเรียนรู้การแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นโดยรวม แบ่งได้ 3 ประการ คือ 1. ผลกระทบด้านลบจากการใช้วิธีการแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระ 2. ผลของการขับออกของอุจจาระ และ 3. ความต้องการขับถ่ายอุจจาระในครั้งต่อไป ดังภาพที่ 18



ภาพที่ 18 การอยู่กับผลลัพธ์ที่เกิดจากการเรียนรู้การแก้ปัญหาของการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง

รายละเอียดดังนี้

ประการที่ 1 ผลกระทบด้านลบจากการใช้วิธีการแก้ปัญหาในการขับถ่ายอุจจาระ จากการศึกษา พบว่า ผลที่เกิดจากการเรียนรู้และการแก้ปัญหาในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระในสิ่งที่ ผู้ป่วยเลือกกระทำด้วยตนเองหรือการต้องพึ่งพาผู้อื่น ผลที่ได้อาจส่งผลกระทบในด้านลบแก่ผู้ป่วยได้ คือ กรณีที่ 1 ผลกระทบจากการไม่ปิดม่านในขณะขับถ่ายอุจจาระ และกรณีที่ 2 ผลกระทบจากการรอจังหวะเวลาที่จะขอความช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่ในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ ดังภาพที่ 19



ภาพที่ 19 ผลกระทบด้านลบจากการใช้วิธีการแก้ปัญหาในการขับถ่ายอุจจาระ

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

รายละเอียดดังนี้

กรณีที่ 1 ผลกระทบจากการไม่ปิดม่านในขณะขับถ่ายอุจจาระ จากการศึกษา การใช้วิธีการปกปิดไม่ให้ผู้อื่นรับรู้การขับถ่ายอุจจาระของตน แทนการกั้นม่าน จะทำให้ผู้ป่วยเห็นสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ อยู่ ทำให้มองเห็นผู้อื่น หรือมองเห็นแพทย์เมื่อมาตรวจเยี่ยม ในขณะที่กำลังขับถ่ายอุจจาระ ทำให้การขับถ่ายอุจจาระไม่เรียบร้อยได้ และรู้สึกระแวงขณะขับถ่ายอุจจาระ ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"ถ้ามีคนอยู่ จะ (ขับถ่ายอุจจาระ) ลำบาก เดี๋ยวมัน (อุจจาระ) ก็ผลุด ๆ โผล่ ๆ อยู่อย่างนั้น แบบเห็นใครมันก็ไม่ออก ...บางครั้งอย่างตอนหมอ (แพทย์) มาก่อนอย่างนี้ เราเห็นหมอมาเราถ่ายไม่หมด ยังไม่เสร็จจะรีบเช็ดก่อน พอหมอไปแล้ว อีกสักพัก มัน (อุจจาระ) ก็มาอีก ปวดใหม่ ถ่ายใหม่"

(ผู้หญิงอายุ 38 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 20 วัน)

"(เวลาขับถ่ายอุจจาระ) เราไม่มองคนอื่นหรอก ถ้ามองมันจะอึไม่ออก แต่ก็ระแวงอยู่อย่างนั้น รู้สึกเหมือนกันว่ามีคนมอง แต่เราไม่มองเขา"

(ผู้หญิงอายุ 38 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 20 วัน)

กรณีที่ 2 ผลกระทบจากการรอจังหวะเวลาที่จะขอความช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่ในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ อาจทำให้ผู้ป่วยบางรายขับถ่ายอุจจาระราดบนที่นอน จากการที่ผู้ป่วยไม่สามารถกลั้นการขับถ่ายอุจจาระได้ต่อไป หรือได้หม้อนอนมาไม่ทันในขณะขับถ่ายอุจจาระ อาจทำให้อาการปวดถ่ายอุจจาระหายไปได้ จากการที่กลั้นอุจจาระเป็นเวลานาน ๆ ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"รอจังหวะ เราใช้คนต้องรอจังหวะ จังหวะยุ่ง เวลาปวดอึ ราดประจำ กลัวเขาด่าจะตาย ถึงไม่กล้าบอก นั่งปิด (อุจจาระ) เป็นชั่วโมง ปวดหลังก็ปวด นั่งทับอึไว้ จนมันไม่ยุ่งแล้ว ถึงบอกว่าป้านั่งทับอึ เราถ่ายเลอะเทอะก็เกรงใจเขา ก็นอนรอไว้ก่อน ถึงจะเรียกเขามากัน ให้เขามาเปลี่ยนผ้าปูที่นอน ผ้านุ่งอะไร บางทีก็ราดเลอะหมดเลย แต่ก็ไม่บอกเขา รอไว้ก่อน เก็บไว้ก่อน เดี๋ยวค่อยมาเก็บมาทำ เขายุ่งกันทั้งวัน เรามองดูเขาเหนื่อยถ้าเขาว่างถึงบอก"

(ผู้หญิงอายุ 51 ปี, แผนกอายุรกรรม,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 2 วัน)

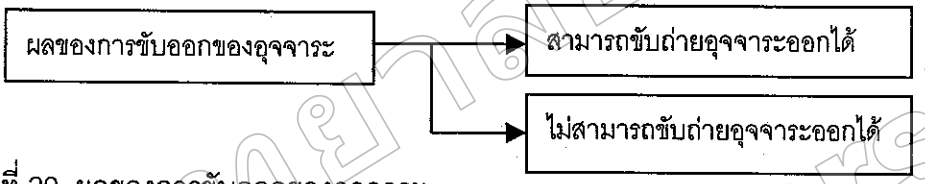
มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

"ถ้าพยาบาลเขายุ่ง ๆ ผมก็ยังไม่ขอกระโถน ถ้าเขาไม่ยุ่งผมจะขอ บางครั้งก็ลืม แล้วก็หายปวด (ปวดถ่ายอุจจาระ) ไปเลย"

(ผู้ชายอายุ 51 ปี, แผนกอายุรกรรม,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 9 วัน)

ประการที่ 2 ผลของการขับออกของอุจจาระ

เมื่อผู้ป่วยเรียนรู้และใช้วิธีการแก้ปัญหาต่าง ๆ ในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับ ผลของการขับออกของอุจจาระ แบ่งได้เป็น 2 กรณี คือ 1. สามารถขับถ่ายอุจจาระออกได้ และ 2. ไม่สามารถขับถ่ายอุจจาระออกได้ ดังภาพที่ 20



ภาพที่ 20 ผลของการขับออกของอุจจาระ

รายละเอียดดังนี้

กรณีที่ 1 สามารถขับถ่ายอุจจาระออกได้ เมื่อผู้ป่วยผ่านประสบการณ์การเรียนรู้ต่าง ๆ มา จนสามารถขับถ่ายอุจจาระออกได้แล้ว ผลที่เกิดขึ้น คือ 1. เป็นการปลดเปลื้องความทุกข์ของการปวดถ่ายอุจจาระ 2. มีความอยากรับประทานอาหาร 3. ไม่เกิดความกังวล ดังต่อไปนี้

1.1 **เป็นการปลดเปลื้องความทุกข์ของการปวดถ่ายอุจจาระ** การขับถ่ายอุจจาระออกได้ ทำให้ร่างกายของผู้ป่วยคลายความอึดอัด มีความรู้สึกสบาย ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"มันได้ระบายออก ร่างกายจะโล่ง โล่งตัวเรานะ สบาย เพราะมันไม่มีอะไรอยู่ในตัว (ขับถ่ายอุจจาระได้) เราก็ไม่กังวลอะไร ที่เราไม่ถ่ายใช่มั้ย"

(ผู้หญิงอายุ 38 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 20 วัน)

1.2 **มีความอยากรับประทานอาหาร** เมื่อได้ขับถ่ายอุจจาระไปแล้ว ทำให้ร่างกายคลายความอึดอัด ร่างกายสุขสบายขึ้น จึงทำให้อยากรับประทานอาหาร ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"ได้ถ่ายมันจะสดชื่น มันไม่แน่นท้อง มันโล่งไปหมด เห็นเขากินอะไรก็อยากกิน ถ้าโล่ง ๆ ก็หิวละ อยากกินกับเขาบ้างละ"

(ผู้ชายอายุ 40 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 32 วัน)

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

1.3 **ไม่เกิดความกังวล** เมื่อผู้ป่วยสามารถขับถ่ายอุจจาระได้ ทำให้ผู้ป่วยไม่มีความกังวลต่ออาการปวดถ่ายอุจจาระ และไม่เกิดความกังวลว่าควรให้ใครมาช่วยเหลือในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"สบายครับ จะไม่กังวลทุกอย่าง เฮ้ย ! วันนี้เราได้ถ่าย (อุจจาระ) แล้วโว้ย ไม่ต้องมาระแวงว่า จะให้ใครมาช่วยแล้ว"

(ผู้ชายอายุ 40 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 32 วัน)

กรณีที่ 2 ไม่สามารถขับถ่ายอุจจาระออกได้ เมื่อผู้ป่วยได้ปฏิบัติการเพื่อแก้ปัญหาแล้ว แต่ยังไม่สามารถขับถ่ายอุจจาระออกได้ ทำให้เกิดผลลัพธ์ คือ 1. ทำให้เกิดความทุกข์ 2. ความต้องการอาหารลดลง ดังต่อไปนี้

2.1 **ทำให้เกิดความทุกข์** เมื่อผู้ป่วยไม่สามารถขับถ่ายอุจจาระได้ ผลที่เกิดขึ้นทำให้ผู้ป่วย มีความทุกข์ทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ จากการที่ไม่สามารถขับถ่ายอุจจาระได้ มีความกังวลกับปัญหาของการขับถ่ายอุจจาระที่เกิดขึ้น ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"นอน (จำกัดการเคลื่อนไหว) ยังไงก็ไม่ว่า ให้มันออก (ถ่ายอุจจาระออก) แต่มันไม่ออก มันอั้น เบ่งก็เบ่งไม่ได้ เบ่งแล้วมันเจ็บ (เจ็บต้นขา) ทุกข์ใจตรงนี้ ตรงไม่ถ่าย อยากให้มันออก บางทีออกมาก้อนนึง ก็ไม่ออกอีกละ มันวนไปวนมาอยู่ในท้อง เดี๋ยวมันปวด จะออกอีกละ เอากระโถนมา ถอดกางเกง พอมันจะออก เราก็ไม่มีแรงเบ่ง มันก็หายเข้าไปในท้อง หายไปพักนึง แล้วมันก็มาอีกแล้ว วน ๆ ก็จะออกอีกละ..."

(ผู้ชายอายุ 23 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 4 วัน)

"มันหงุดหงิดครับผม เป็นห่วงท้องมันไม่ถ่าย มันปวดจะถ่ายอย่างเดียว ไม่ออก ปวดนานเป็นวัน คิดว่ามันจะเป็นอะไร ท้องมันจะเสียมั้ย มันจะอะไรมั้ย หรือจะปวดท้องตอนกลางคืนมั้ย ถ้าแม่กลับไปแล้วจะทำยังไง สรุปมันไม่มีอะไรหรอก มันกังวลอย่างเดียว ที่จะอึจะถ่าย คงเป็นอย่างนั้นนะครับ"

(ผู้ชายอายุ 40 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 32 วัน)

2.2 **ความต้องการอาหารลดลง** การที่ผู้ป่วยไม่สามารถขับถ่ายอุจจาระได้ ทำให้ผู้ป่วยรับประทานอาหารได้ลดลงหรือไม่อยากรับประทานอาหาร เพราะอาหารที่รับประทานเข้าไปจะเพิ่มอาการไม่สุขสบาย ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

"ถ้ามันยังปวดท้อง (ปวดถ่ายอุจจาระ) อยู่ ไม่ได้ถ่าย ทำอะไรมันไม่อยากทำ ไม่อยากกินอะไร ใครเขาเอาอะไรมาให้ เขาเรียก เพื่อนฝูงข้าง ๆ เรียกก็ไม่กิน ปวดท้องก็ปวด จะออกอยู่แล้วจะกินทำไมอีก ยังไม่ออกซักที กินเข้าไปเดี๋ยวมันก็แน่นไม่ออก"

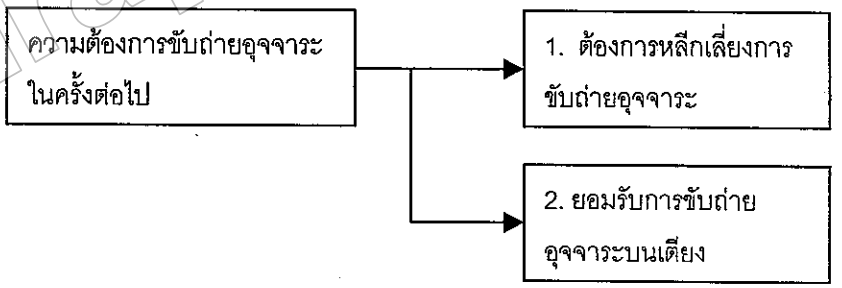
(ผู้ชายอายุ 40 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 32 วัน)

"ทานได้น้อยลงครับ จริง ๆ อยากทานเยอะ จะได้มีแรง จะได้หายไว ๆ แต่อึดอัดท้อง พอทานเข้าไปมันก็แน่น มันไม่ถ่าย ...นมก็กินเพื่อจะได้ถ่าย เผื่อดีขึ้นมั่ง แต่มันกลับปวดท้อง แน่นท้องมากขึ้นกว่าเดิม"

(ผู้ชายอายุ 35 ปี, แผนกศัลยกรรมทั่วไป, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 7 วัน)

ประการที่ 3 ความต้องการขับถ่ายอุจจาระในครั้งต่อไป

จากการให้ความหมายการขับถ่ายอุจจาระที่เตียง และเมื่อผู้ป่วยได้ผ่านประสบการณ์การเรียนรู้ การแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระ ในสภาพการขับถ่ายบนเตียงในแบบต่าง ๆ ในขณะที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว ภายหลังที่มีการขับถ่ายอุจจาระไปแล้ว ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้นภายหลังจากการได้ถ่ายอุจจาระ แม้ว่าจะทำให้มีความสุขสบายภายหลังที่ได้ขับถ่ายก็ตาม ก็ไม่ได้ทำให้ผู้ป่วยต้องการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง จากการศึกษา พบว่า ความต้องการที่จะมีการขับถ่ายอุจจาระครั้งต่อไป มี 2 กรณีคือ กรณีที่ 1 ต้องการหลีกเลี่ยงการขับถ่ายอุจจาระ และกรณีที่ 2 ยอมรับการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง ดังภาพที่ 21



ภาพที่ 21 ความต้องการขับถ่ายอุจจาระในครั้งต่อไป

ดังรายละเอียดต่อไปนี้

กรณีที่ 1 ต้องการหลีกเลี่ยงการขับถ่ายอุจจาระ ในผู้ป่วยที่ยังไม่สามารถยอมรับการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง ยังคงกังวลกับการขับถ่ายอุจจาระครั้งต่อไป ทำให้ผู้ป่วยต้องการที่จะหลีกเลี่ยงการขับถ่ายอุจจาระต่อไปเช่นกัน ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"ถ่ายได้มันก็สบายใจ โล่งดี แต่ผมคิดว่าผมคงทำเหมือนเดิม ตอนนี้ผมก็ไม่ได้กินเยอะ ทน (กลั้นอุจจาระ) ให้นานที่สุด จนกว่าจะไปเข้าห้องน้ำเองได้ เพราะมันไม่ใช่ที่ถ่าย มันไม่สะดวก เกรงใจพยาบาลเขาด้วย ต้องมาเป็นภาระ แต่มันจำเป็นเพราะเรายังไปห้องน้ำไม่ได้"

(ผู้ชายอายุ 35 ปี, แผนกศัลยกรรมทั่วไป, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 7 วัน)

กรณีที่ 2 ยอมรับการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง จากประสบการณ์การขับถ่ายอุจจาระบนเตียงที่ผ่านมา ผู้ป่วยได้ผ่านการเรียนรู้ในเรื่องต่าง ๆ สามารถยอมรับการขับถ่ายอุจจาระบนเตียงที่เกิดขึ้นในขณะจำกัดการเคลื่อนไหวได้ จากการศึกษา การยอมรับการขับถ่ายอุจจาระที่เตียง มีใน 2 ลักษณะคือ 1. การยอมรับในลักษณะของความเคยชิน และ 2. การยอมรับการขับถ่ายอุจจาระบนเตียงเป็นการพัฒนาตนเองจากประสบการณ์การขับถ่ายอุจจาระที่ผ่านมา ดังต่อไปนี้

ลักษณะที่ 1 การยอมรับในลักษณะของความเคยชิน ผู้ป่วยยอมรับการขับถ่ายอุจจาระที่เตียงเนื่องจากความเคยชิน จากการอยู่โรงพยาบาลมานาน สามารถทำใจได้หรือมีการขับถ่ายอุจจาระที่เตียงหลายครั้งแล้ว ทำให้ไม่อับอาย ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"ไม่อายแล้ว เคยอยู่โรงพยาบาลมาตั้งนาน ถ่าย (อุจจาระ) อยู่ตรงนี้ (เตียงรักษา) ไม่ต้องปิดม่านก็ได้ เราก็ปิดผ้าของเราเอง อึแต่ละครั้งมันก็ไม่นาน พยาบาลเขาก็ดีช่วยหยิบกระโถนให้ อึเสร็จก็วางไว้ เราเอากระดาษปิดไว้ ไม่ให้กลิ่นมันออก ยังไม่ต้องมาเก็บไปเลยก็ได้ เกรงใจเขา เลยไม่ได้บอกให้เขามาเก็บเลย"

(ผู้หญิงอายุ 64 ปี, แผนกศัลยกรรมทั่วไป, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 11 วัน)

ลักษณะที่ 2 การยอมรับการขับถ่ายอุจจาระบนเตียงเป็นการพัฒนาตนเองจากประสบการณ์การขับถ่ายอุจจาระที่ผ่านมา ผู้ป่วยที่มีเป้าหมายเพื่อสุขภาพที่ดียิ่งขึ้น ผู้ป่วยมีการยอมรับการขับถ่ายอุจจาระที่เกิดขึ้น มีการพัฒนาตนเองจากการเรียนรู้การแก้ปัญหาที่ผ่านมา ทำให้ผู้ป่วยมีการเตรียมพร้อมร่างกาย ไม่กังวลกับเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

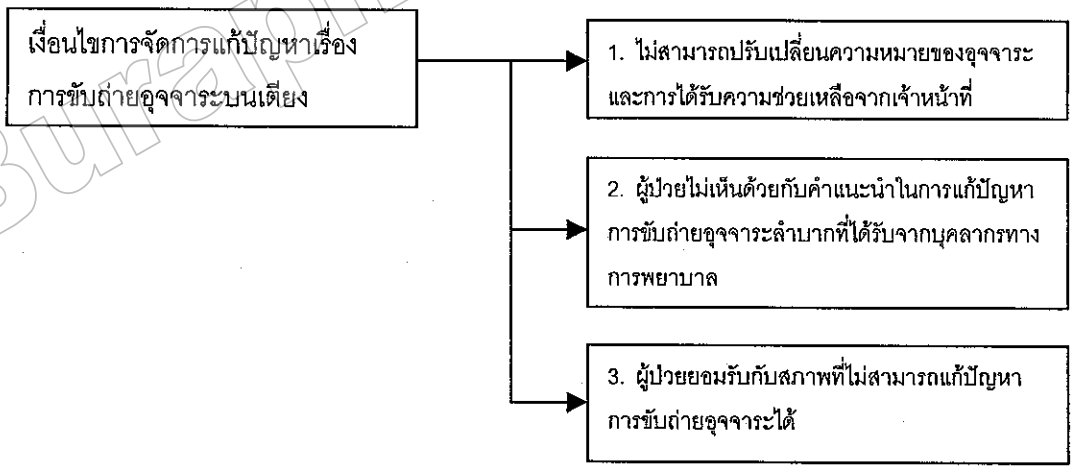
"ผมเคยมีประสบการณ์เรื่องถ่ายมาแล้ว มันลำบากเหมือนกันเวลาถ่าย ก็ไม่อยากถ่าย แต่ถ้ามันปวดท้องก็ต้องถ่าย ถ้าดีขึ้นผมต้องขยับตัว กินปกติ เพราะผมต้องการหายไว อาหารจะได้ไปเสริมร่างกายผมให้ดีขึ้น จะได้แข็งแรงขึ้น เราจะมากิน

น้อยไม่ได้ เดี๋ยวก็มาปวดท้องหิวอีก ต้องกินให้อิ่มทุกมื้อ ถ้าเป็นอะไรก็ต้องบอก คนเรากินทุกวันมันต้องดีขึ้น ถ้ามันปวดก็ต้องถ่าย"

(ผู้ชายอายุ 35 ปี, แผนกศัลยกรรมทั่วไป, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 7 วัน)

ส่วนที่ 4 เงื่อนไขการจัดการแก้ปัญหาเรื่องการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง

ในผู้ป่วยที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว การขับถ่ายอุจจาระเป็นกิจกรรมที่ต้องขับถ่ายบนเตียง และต้องได้รับความช่วยเหลือในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ จากการให้ความหมายของการขับถ่ายอุจจาระบนเตียงเป็นกิจกรรมที่อึดอัดใจ ทำให้ผู้ป่วยมีการเรียนรู้เพื่อแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระโดยการพึ่งพาตนเอง จัดการเรื่องการขับถ่ายอุจจาระด้วยตนเองตามความสามารถ ซึ่งจากการศึกษาพบว่า สิ่งที่ทำให้ผู้ป่วยต้องพยายามช่วยเหลือตนเอง แม้ว่าจะทำให้ตนเองต้องพบกับอุปสรรคในขณะนั้น และยังคงมีปัญหาในการจัดการกับปัญหาการขับถ่ายอุจจาระ เนื่องมาจากเงื่อนไขสำคัญ 3 ประการคือ 1. ไม่สามารถปรับเปลี่ยนความหมายของอุจจาระและการได้รับความช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่ 2. ผู้ป่วยไม่เห็นด้วยกับคำแนะนำในการแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระลำบากที่ได้รับจากบุคลากรทางการพยาบาล และ 3. ผู้ป่วยยอมรับกับสภาพที่ไม่สามารถแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระได้ ดังภาพที่ 22



ภาพที่ 22 เงื่อนไขการจัดการแก้ปัญหาเรื่องการขับถ่ายอุจจาระบนเตียง

รายละเอียดดังนี้

ประการที่ 1 ไม่สามารถปรับเปลี่ยนความหมายของอุจจาระและการได้รับความช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่

จากการศึกษา การที่ผู้ป่วยไม่สามารถปรับเปลี่ยนความหมายของอุจจาระและการได้รับการช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่ จึงทำให้ผู้ป่วยต้องพยายามช่วยเหลือตนเองในสิ่งที่สามารถดูแลตนเองได้ในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ ก่อนที่จะขอความช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่เมื่อจำเป็น แม้ว่าการช่วยเหลือตนเองจะทำให้ผู้ป่วยต้องเหน็ดเหนื่อยมากขึ้น หรือมีความเจ็บปวดมากขึ้นจากพยาธิสภาพของโรค เนื่องจาก 1. ไม่สามารถปรับเปลี่ยนความหมายของอุจจาระได้ และ 2. เกรงใจเจ้าหน้าที่ที่มีภาระงานหลายอย่าง ดังต่อไปนี้

1.1 ไม่สามารถปรับเปลี่ยนความหมายของอุจจาระได้ การที่ผู้ป่วยให้ความหมายอุจจาระว่าเป็นสิ่งสกปรก เป็นสิ่งที่ไม่มีใครอยากมาช่วยเหลือ ทำให้ต้องพยายามจัดการเองแม้จะเป็นความยากลำบาก มีความเกรงใจผู้ที่ต้องมาให้ความช่วยเหลือ อีกทั้งเห็นว่าเป็นเรื่องที่ควรช่วยเหลือตนเอง ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

> "เวลาฉันขอ (หม้อนอน) มา ฉันไม่ได้ตั้งใจให้เขา (เจ้าหน้าที่) มาใส่ (สอดหม้อนอน) ให้ฉัน ฉันก็ใส่ของฉันเอง เช็ดของฉันเอง (ทำความสะอาด) เหนื่อยเหมือนกัน รู้สึกลำบาก แต่เราทำเอง เกรงใจเขา ทำอะไรก็เกรงใจเขาไปหมด เกรงใจคนที่เขามาทำให้อึมันสกปรก ฟังแล้วมันบาดหู ขี้แล้วยังจะมาให้ถูให้เช็ดอีก ของอย่างนี้ ไม่มีใครเขาอยากมาทำ"
>
> (ผู้หญิงอายุ 67 ปี, แผนกอายุรกรรม, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 4 วัน)

> "มันเป็นเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ เป็นเรื่องไม่ใหญ่โต อะไรทำได้ก็ทำ มันต้องช่วยตัวเองครับ ลำบากก็ต้องทำ เพราะเราต้องช่วยตัวเอง มันของสกปรกของตัวเอง ไม่อยากให้คนอื่นมาช่วย เขาคงรังเกียจอะไรอย่างนี้ มันน่าเกลียดด้วย ถ้าให้เขามาทำมาเช็ดให้เกรงใจเขา"
>
> (ผู้ชายอายุ 23 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 4 วัน)

1.2 เกรงใจเจ้าหน้าที่ที่มีภาระงานหลายอย่าง จากการที่ผู้ป่วยเห็นการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่ และเห็นว่าในแต่ละวันมีภาระงานที่ปฏิบัติหลายอย่าง ไม่มีผู้ใดว่างจากภาระงาน รวมทั้งต้องมาให้การพยาบาลตนเอง ทำให้ผู้ป่วยเกรงใจเจ้าหน้าที่ ทำให้ต้องดูแลตนเองในเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

"เวลาเราปวดอีขึ้นมา เราก็เกรงใจเขา (เจ้าหน้าที่) วันนึงเขาวิ่งกันให้วุ่น (การปฏิบัติงานในแต่ละเวร) บางทีเขาก็ไม่มีใครว่างเลย ป้าก็ต้องทำเอง (สอดหม้อนอนในขณะขับถ่ายอุจจาระ และทำความสะอาดภายหลังการขับถ่ายอุจจาระ) เขาต้องดูแลเราหลายอย่าง กับคนอื่นก็ต้องดูแล (ให้การพยาบาลผู้ป่วย)"

(ผู้หญิงอายุ 51 ปี, แผนกอายุรกรรม,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 2 วัน)

ประการที่ 2 ผู้ป่วยไม่เห็นด้วยกับคำแนะนำในการแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระลำบากที่ได้รับจากบุคลากรทางการพยาบาล

จากการศึกษา การได้รับคำแนะนำในการปฏิบัติตัวเพื่อแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระลำบากจากบุคลากรทางการพยาบาล ผู้ป่วยอาจไม่เห็นด้วยกับคำแนะนำในการแก้ปัญหาเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ เพราะไม่เห็นว่าจะมีผลต่อการปฏิบัติตนเพื่อการแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระ หรือเห็นว่าตนไม่อยู่ในสภาพที่จะปฏิบัติตามคำแนะนำได้ จึงทำให้ผู้ป่วยไม่สามารถแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระ ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

"(คำแนะนำสำหรับแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระลำบาก) เขา (พยาบาล) ก็บอกกินผลไม้เยอะ ๆ กินน้ำเยอะ ๆ กินเข้าไปมันก็ไม่ออกเคยกินแล้ว บอกพยาบาลเขา มัน (อุจจาระ) ไม่ออก เขาบอกมันต้องออก เขาบอกมันต้องขยับเขยื้อนตัว มันจะได้ไม่ออกลำบาก (ขับถ่ายอุจจาระลำบาก) ให้ยกแข้งยกขา ยกอะไร แต่นี่เราไม่ได้เดิน ไม่ได้อะไร มันก็เลยออกยาก (การขับถ่ายอุจาระออก) ก็ไม่ได้ทำอะไรถึงเวลามันก็ต้องออก"

(ผู้ชายอายุ 40 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 32 วัน)

"มีพยาบาลเขาบอกว่ามันไม่ได้ขยับเขยื้อนตัว มัน (อุจจาระ) ก็ออกลำบากเป็นธรรมดา คนที่ไม่เดินมันจะออกยาก เขาบอกว่าเราไม่ได้เดิน ไม่ได้ทำงาน ไม่ได้ออกแรงอะไร นอนอย่างเดียวหลาย ๆ วัน มันไม่เหมือนคนปกติ เขาบอกให้ยกขายกอะไร แต่ผมทำไม่ได้ ลุกเองก็ลุกไม่ได้ ก็นอนอยู่อย่างนี้ (3-4 วันถ้าไม่กินยา (ยาระบาย) มันก็ไม่ออก)"

(ผู้หญิงอายุ 38 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก,
จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 20 วัน)

มหาวิทยาลัยบูรพา Burapha University

ประการที่ 3 ผู้ป่วยยอมรับกับสภาพที่ไม่สามารถแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระได้

การที่ผู้ป่วยมีประสบการณ์ในการเรียนรู้แก้ไขปัญหาการขับถ่ายอุจจาระมาก่อน แต่การเรียนรู้แก้ปัญหาในครั้งนั้นไม่สามารถแก้ปัญหาการขับถ่ายอุจจาระได้ ทำให้ผู้ป่วยยอมรับว่าเป็นปัญหาที่แก้ไม่ได้ แต่ปัญหานี้สามารถที่จะแก้ด้วยตัวของมันเองได้ ทำให้ไม่ทำการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นอีกต่อไป ปล่อยให้ความต้องการต่าง ๆ ตอบสนองไปตามสภาพของร่างกาย ให้ดำเนินไปเรื่อย ๆ คือ จากประสบการณ์ของผู้ป่วย ที่ได้ใช้วิธีการรับประทานเพื่อกระตุ้นให้เกิดอุจจาระ แต่ไม่สามารถขับถ่ายอุจจาระได้ แล้วยังทำให้ร่างกายไม่สุขสบายเนื่องจากการรับประทานแล้วถ่ายไม่ได้อีก ทำให้ผู้ป่วยเลิกที่จะหาวิธีการแก้ไขต่อ โดยเมื่อร่างกายต้องการรับประทานอาหารก็รับประทาน เมื่อไม่ต้องการรับประทานก็จะรับประทานเพียงเล็กน้อยตามมื้ออาหาร ตามเวลารับประทานยา เมื่อถึงเวลาที่ร่างกายจะขับถ่ายอุจจาระออก ก็จะมีการขับถ่ายเกิดขึ้นเอง ดังตัวอย่างคำพูดต่อไปนี้

> "แบบเอากระโถนมาเตรียมวางไว้ข้าง ๆ เฉย ๆ (เวลาปวดถ่ายอุจจาระ) ใส่ (หม้อนอน) แล้วมัน (อุจจาระ) ไม่ออกก็เอาออก เวลาปวดก็ใส่ใหม่ บางครั้งก็มีบ่อยเหมือนกัน บางทีเอา (หม้อนอน) ออกเป็น 10 ครั้ง ออกไป เข้ามา ออกไปเข้ามา ก็หายปวดไปเลย อยู่นี่ 5-6 วันถ่าย (อุจจาระ) ได้ที ไม่ถ่ายก็รู้สึกอึดอัด ก็ไม่ได้ทำอะไร เวลาถ่ายลำบาก มันจะแข็งเป็นก้อน ท้องมันผูกอย่างนี้ไม่เคยทำอะไร เราทำตัวเราเอง เราก็ต้องทนต่อไป บางครั้งก็กิน บางครั้งก็ไม่ได้กินเท่าไหร่ แบบว่ามันไม่ค่อยหิวซักเท่าไหร่ กินนิด ๆ หน่อย ๆ ก็พอแล้ว อิ่มแล้ว แต่เราก็ต้องกินบ้างใช่มั้ย เพราะเราต้องกินยา อาหารเขาก็ทำอร่อยดี แต่ไม่อยากกิน ...(การแก้ปัญหาเรื่องการขับถ่ายอุจจาระ) พวกผลไม้กินเยอะยังไงก็เหมือนเดิม เพราะเคยกินมาแล้ว แล้วมันจะแน่น (อึดอัดท้อง) ทำให้เรากระสับกระส่าย เคยพยายาม (ทานผลไม้) แล้ว แต่มันแน่น ก็เลยถอย (ไม่ทาน) อึเดี๋ยวถึงเวลามันก็ออกมันเอง"
>
> (ผู้หญิงอายุ 38 ปี, แผนกศัลยกรรมกระดูก, จำนวนวันที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว จนถึงวันที่ให้การสัมภาษณ์ครั้งแรก 20 วัน)

การให้ความหมายการขับถ่ายอุจจาระบนเตียงของผู้ป่วยที่จำกัดการเคลื่อนไหว และประสบการณ์การขับถ่ายอุจจาระบนเตียงของผู้ป่วยที่ได้รับการจำกัดการเคลื่อนไหว สรุปภาพรวมได้ดังภาพที่ 23