Add ความตาย เป็น friend

คู่มือเพื่อการเรียนรู้เรื่องความตายฉบับเริ่มต้น

Peaceful Death

เกริ่น



เราอาจกินข้าวได้หลายมื้อ เรียนปริญญาได้หลายใบ
แม้กระทั่งแต่งงานก็ยังแต่งได้หลายครั้ง
แต่เรามีโอกาส ตาย ได้แค่ครั้งเดียว...

จะสอบให้ได้ดียังต้องเตรียมตัว สอบตกแล้วก็ยังสอบใหม่ได้ แต่ถ้าความตายคือข้อสอบ เราก็คงไม่มีโอกาสได้สอบซ่อม จะดีไหมถ้าได้เตรียมตัวรับมือกับความตายแต่เนิ่นๆ เพื่อจะ ได้มีความพร้อมและความมั่นใจ เมื่อเวลานั้นมาถึงก็สามารถ ทำหน้าที่ได้อย่างสมบูรณ์งดงามที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้

ความตายอาจดูน่ากลัวก็จริง แต่ก็เป็นสิ่งที่เราต้องเกี่ยวข้อง อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ทั้งความตายของเราและคนที่เรารัก เป็นไปได้หรือไม่ที่เราจะเริ่มทำความรู้จักมักจี่กับความตายตั้งแต่ยังมีความพร้อม หรืออย่างน้อยก็เริ่มทำ ความรู้จักทักทายซึ่งกันและกัน

หากคุณรู้สึกเคอะเขินที่จะรู้จักกับความตายแบบตัวต่อตัว คู่มือเล่มนี้ขออาสาเป็นคนกลางแนะนำเพื่อนที่ชื่อ “ความตาย” ให้คุณได้ add เป็น friend

. . .ไม่แน่ว่าเขาอาจเป็นมิตรแท้ของคุณก็เป็นได้นะ

โครงการชุมชนกรุณาเพื่อการอยู่และตายดี
กลุ่ม Peaceful Death

ลางร้าย อัปมงคล เสียบรรยากาศ -*-

คิดถึงความตายแล้วหดหู่ =..=

หมดสนุกเลย u.u”

คุณรู้สึกกับความตายแบบนี้ไหม?

คิดแล้วจะร้องไห้ ไม่เอาดีกว่า T_T

ความตายน่ากลัวจัง o_O”

ความตายต้องมาพร้อมกับ
ความเจ็บปวดแน่ๆ เลย T^T

ปฏิเสธความตาย

พอคิดถึงหรือได้ยินใครพูดเรื่องความตาย คุณอาจรู้สึกหวาดเสียว หรือไม่ก็โกรธหน่อย ๆ บางทีก็ส่งเสียง "จุ๊ ๆ" พร้อมกับส่งสายตาตำหนิ หากมีใครพูดถึงความตายอย่างไม่ถูกกาลเทศะ

สังเกตไหมว่าสังคมไม่เปิดโอกาสให้เราพูดถึงความตายมากนักเมื่อเทียบกับความสุข ความสวยงาม ความร่ำรวย ความสำเร็จ การเกิด การกินอยู่ การมีสุขภาพดี ความตายดูจะเป็นมิตรได้ยาก ในสังคมที่มองความตายแต่ด้านลบ ความตายไม่ใช่อื่นใดนอกจาก ความสูญเสีย ความเศร้าโศก เป็นที่สุดแห่งความทุกข์ที่ต้องหลีกหนี

ด้วยวิธีมองเช่นนี้เราจึงได้สร้างวิถีชีวิตแห่งการปฏิเสธความตายโดยไม่รู้ตัว แม้ว่าความตายจะเป็นความจริงอีกด้านหนึ่งของชีวิตก็ตาม

กลัวตาย - ลืมตาย

การปฏิเสธความตายนำมาสู่ความกลัวตาย
วิธีหนึ่งที่ทำให้เราไม่ต้องกลัวตายก็คือ "แกล้งลืม"
หรือเบี่ยงเบนความสนใจจากความตายไปสู่สิ่งอื่นๆ



แต่เราหนีไม่พ้นความตายอยู่ดี
ด้วยวิธีแกล้งลืมนี้ เราจึงแทบไม่รู้จักความตายเลย

ยิ่งกลัว ก็ยิ่งไม่รู้จัก... ยิ่งไม่รู้จัก ก็ยิ่งกลัว

หนีตาย

เพราะไม่รู้จักความตาย ก็ไม่อยากตาย
เพราะไม่รู้จักความตาย ก็ไม่มั่นใจที่จะจัดการกับความตาย
เมื่อถึงคราวใกล้ตาย เราเองก็วางใจไม่เป็น คนรอบข้างก็วางใจไม่ถูก
เมื่อไม่ต้องการให้ตาย จึงยื้อชีวิต-ยืดความตาย ด้วยการ



สิ่งที่ตามมา...
สูญเสียทรัพยากรส่วนรวม
เสียโอกาสที่จะตายอย่างสงบสันติ

ตายดี ตายสงบ

จะดีไหม เมื่อเกิดมาทั้งที เราควรมีชีวิตที่ดี
เมื่อถึงคราวตาย เราก็ควรได้ตายดีๆ
จะตายได้ดีนั้น อาจเริ่มด้วยความเชื่อ 3 ประการ

การตายดีมีอยู่จริง

การตายดีมีหลายทางเลือก

จะตายดีได้ต้องเตรียมตัว

อะไรเอ่ย.. มาถึงก่อนกัน

พรุ่งนี้

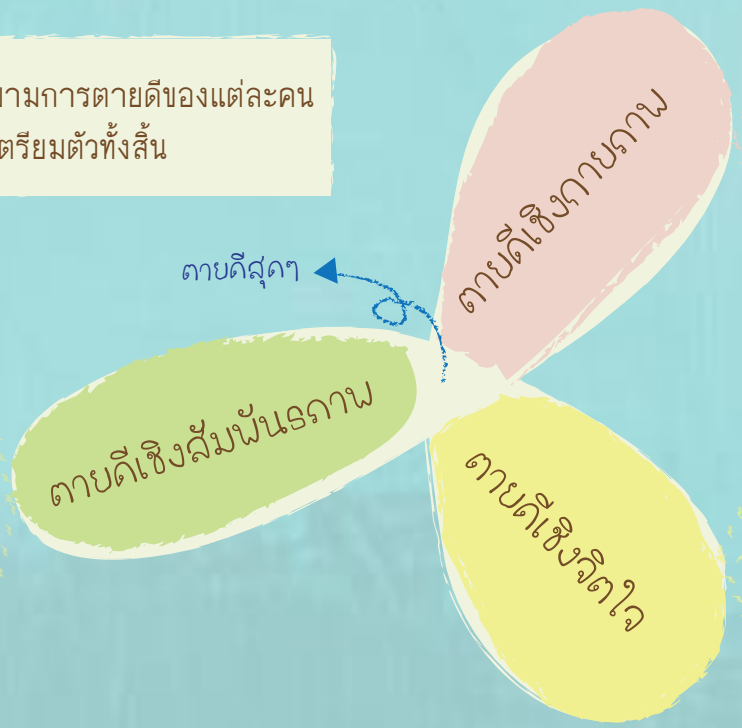
หรือชาติหน้า

?

ดูคำเฉลยหน้า 35

การตายดี ๓ มิติ

การตายดีมีหลายแบบขึ้นอยู่กับนิยามการตายดีของแต่ละคน
แต่ไม่ว่าจะตายดีแบบไหน ก็ต้องเตรียมตัวทั้งสิ้น



อาจหมายถึง...
ตายโดยไม่ทิ้งภาระให้คนข้างหลัง
ตายท่ามกลางความอบอุ่น
ไม่มีสิ่งค้างคาใจ

เตรียมพร้อมด้วย
การสะสางสิ่งค้างคาใจ ขอโทษ
รักษาความสัมพันธ์ที่ดีกับคนรอบข้าง
สะสางหน้าที่ การงาน มรดก

อาจหมายถึง...
ไม่ตายแบบฉับพลันทันที
ตายอย่างไม่ทรมาน

เตรียมพร้อมด้วยการดูแลสุขภาพร่างกาย
เตรียมพร้อมด้านค่าใช้จ่ายในการรักษา
วางแผนการรักษาร่วมกับคนที่เกี่ยวข้อง

อาจหมายถึง...เห็นความจริงก่อนตาย
สามารถปล่อยวางชีวิต
ตายด้วยใจสงบ

เตรียมพร้อมด้วยการฝึกสติ วางใจให้สงบ
ฝึกฝนการพิจารณาความจริงของชีวิต
ฝึกฝนการปล่อยวางสิ่งต่างๆของชีวิต

+1 รับความตายเป็นมิตร



“ในเมื่อเราต้องตายอย่างแน่นอน ไม่มีอะไรดีกว่าการยอมรับ ความตาย และเตรียมตัวเตรียมใจพร้อมรับความตายทุกขณะ ท่าทีดังกล่าวไม่เพียงช่วยให้เราเผชิญความตายได้ด้วยใจสงบ เท่านั้น หากยังส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของเราด้วย ทำให้ใฝ่ใน การทำความดี หลีกหนีความชั่ว ไม่หลงมัวเมาในทรัพย์สมบัติ และเกียรติยศชื่อเสียง เพราะรู้ว่าสิ่งเหล่านี้เป็นของชั่วคราว ไม่สามารถตามติดตัวไปได้เวลาตาย อีกทั้งไม่ช่วยให้จิตใจ สงบเย็นได้เลยเมื่อวาระสุดท้ายมาถึง

การระลึกถึงความตายอยู่เสมอทำให้เราคลายความยึดติดทั้งสิ่งที่น่ายินดีและสิ่งที่ชวนยินร้าย (เช่น ความสูญเสีย ความบาดหมาง) จึงช่วยให้เรามีชีวิตที่ผาสุก โปร่งเบา และสงบเย็น กล่าวอีกนัยหนึ่ง หากเรารู้วิธีตายดี ก็ย่อมรู้ว่าจะมีชีวิตที่ดีได้อย่างไร ในทางกลับกัน การมีชีวิต ที่ดีย่อมช่วยให้เราตายดี ในที่สุดชีวิตที่ผาสุกกับความตายที่สงบ หาได้แยกจากกันไม่”

พระไพศาล วิสาโล

เตรียมสำหรับตาย
ให้ดีที่สุดอย่างไร?

อยู่ให้ดีที่สุด

เตรียมสำหรับอยู่
ให้ดีที่สุดอย่างไร?

...

เตรียมพร้อม
สำหรับที่จะตายนะซี่



พุทธทาสภิกขุ

ตอนนี้ชีวิตยังสนุกอยู่ จะรีบเตรียมตัวเรื่องตายทำไม?



"ถึงจะสนุกอย่างไรในที่สุดเราก็ต้องเจอกับความตาย ปัญหาคือว่าถึงตอนนั้น ถ้าเรายังไม่พร้อมเราก็ไม่มีโอกาสแก้ตัวแล้ว เพราะเรามีโอกาสตายได้แค่ครั้งเดียว ไม่เหมือนสอบเอนทรานซ์ และความทุกข์ทรมานตอนใกล้ตาย มันยิ่งกว่าความทุกข์ทรมานทั้งหลายทั้งปวงในตอนที่มีชีวิตอยู่

ตอนที่มีชีวิตอยู่ ตอนที่สบาย เราพอที่จะจัดการกับความเจ็บปวดได้เพราะเรายังมีสติดี ร่างกายเรายังมีกำลังเข้มแข็ง แต่ตอนที่ใกล้ตายมันกะปลกกะเปลี้ยไปหมดทุกอย่างเลย ร่างกายก็อ่อนแอ จิตก็เสื่อมถอย สติก็เลือนราง ถึงตอนนี้ก็ยากที่จะรับมือกับความตายได้

ในยามปรกติเราสามารถรับความสูญเสียอะไรก็ได้ที่เกิดขึ้น เช่น อกหัก ตกงาน ล้มละลาย แม้กระทั่งเวลาเจ็บป่วย แต่ตอนใกล้ตายไม่ใช่อย่างนั้น การเผชิญความตายซึ่งเป็นเรื่องที่ใหญ่ที่สุดในชีวิตจึงเป็นเรื่องที่ยากมาก

ถึงแม้ความตายจะยังอยู่อีกไกลสำหรับคนที่ยังหนุ่มสาวอยู่ แต่ความตายของคนใกล้ชิดเราเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา พ่อแม่ พี่น้อง เพื่อน ไม่มีทางที่เราจะปฏิเสธหรือหนีพ้น มันทุกข์ใจมากนะ ถ้าเราไม่มีภูมิต้านทานต่อความทุกข์ แต่ถ้าเรารู้จักความตายอย่างดี จัดการความตายได้อย่างถูกต้อง เหตุการณ์เหล่านี้จะไม่ทำให้เราทุกข์มาก

ถ้ามองในแง่พระพุทธศาสนา เราเกิดมาทั้งชีวิตก็เพื่อที่จะได้เตรียมตัวสำหรับเผชิญกับวาระสุดท้ายของชีวิต เพราะความตายเป็น ภัยพิบัติที่หนักหนาสาหัสที่สุดที่ทุกคนจะต้องประสบ"

พระไพศาล วิสาโล

ระลึกถึงความตายอย่างไรดี ?

ระลึกว่า

1. ความตายมาเยือนเราอย่างแน่นอน
2. ความตายมาเยือนเราเมื่อไรก็ได้

จึงต้องขยันขวนขวายเร่งทำกิจสำคัญ
เพราะไม่แน่ว่าเราจะมีวันพรุ่งนี้หรือเปล่า

คุณค่าของการระลึกถึงความตาย

1. ทำให้ขวนขวายสิ่งที่ชอบผัดผ่อน
2. รักษาใจให้เป็นปรกติได้ง่าย
แม้ถูกกระทบจากความพลัดพรากสูญเสีย
3. ให้อภัยได้ง่ายขึ้น
4. ปล่อยวางสิ่งที่ชอบยึดติดได้ง่ายขึ้น
5. เห็นคุณค่าของสิ่งที่มีอยู่ในปัจจุบัน
6. มีความสุขง่ายขึ้น

ซ้อมตาย

บางทีการระลึกถึงความตายขึ้นมาเฉยๆ อาจทำได้ยาก หลายคนอาจไม่รู้ว่าจะเริ่มอย่างไร เราอาจลองนำเหตุการณ์ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันเป็นเครื่องระลึกถึงความตายก็ได้

ไม่ว่าเรากำลังเดินทาง กำลังกิน รู้ข่าวร้าย เงินหาย ไปเยี่ยมคนป่วย ไปงานศพ สถานการณ์เหล่านี้เป็นโอกาสที่ดี ที่จะระลึกถึงความตาย

หรือจะเรียกว่า "ซ้อมตาย" ก็ได้



เมื่อต้องขึ้นรถ ลงเรือ ลองคิดว่า

หากการเดินทางครั้งนี้เป็นครั้งสุดท้าย...

เราพร้อมที่จะตายหรือไม่ หากยังไม่พร้อม อะไรทำให้เรายังไม่พร้อม

อะไรคือสิ่งที่เรายังไม่ได้ทำ



ขณะที่เรากำลังกินอาหารที่เราชอบ
อย่างเอร็ดอร่อย มีความสุข

แต่จะมีวันหนึ่งที่เรากินไม่ได้ ร่างกายของเราไม่ยอมรับ
อาหารอีกต่อไป

เราเตรียมใจยอมรับกับวันนั้น...
ที่ต้องมาถึงอย่างแน่นอน แล้วหรือไม่



เงินหาย ทรัพย์สินถูกขโมย มองในอีกแง่มุมหนึ่ง นี่คือแบบฝึกหัดที่ช่วยให้เรา
รู้จักปล่อยวางเพื่อรับมือกับความตาย
เราจะเผชิญความตายอย่างสงบได้อย่างไร
ในเมื่อเรายังทำใจ ยอมรับความสูญเสียไม่ได้
แม้กับเงินหลักพันหรือหลักหมื่น

เมื่อเราตาย มีเงินหนึ่งหมื่นก็เสียทั้งหนึ่งหมื่น
มีเงินสิบล้านก็สูญทั้งสิบล้าน

เราพร้อมหรือไม่ที่จะสูญเสียทรัพย์สินทุกอย่างที่เรามีและรู้จักไป

เมื่อรับรู้ข่าวเกี่ยวกับคนตาย

เมื่อรับรู้ว่าญาติมิตรหรือแม้กระทั่งคนในข่าวประสบอุบัติเหตุ ได้รับเคราะห์ภัย เจ็บป่วยเสียชีวิต ลองใช้เหตุการณ์ดังกล่าว เป็นเครื่องเตือนใจว่า

เราเองก็อาจประสบกับเหตุการณ์เหล่านั้นเหมือนกัน

ลองถามตัวเองว่าหากเหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นกับเรา เราจะทำใจอย่างไร พร้อมจะตายหรือไม่ ทุกวันนี้เราได้เตรียมตัวเตรียมใจ รับมือกับเหตุการณ์ดังกล่าวหรือไม่ หากไม่ได้ทำ จากนี้ไปเรา จะทำอย่างไรจึงจะสามารถเผชิญกับเหตุการณ์ดังกล่าวโดยไม่ ตื่นตระหนกหรือทุรนทุราย

เราอาจระลึกว่า

วันหนึ่งร่างกายของเราก็ต้องเสื่อมทรุดเช่นเดียวกับเขา



ถ้าเราเจ็บป่วยแบบเดียวกันหรือหนักกว่า เรายอมรับความเจ็บป่วยนั้นได้หรือไม่



เราอาจใช้งานศพเป็นเครื่องเตือนสติตนเองว่า

ต่อไปเราก็คงต้องนอนแน่นิ่งเช่นเดียวกับเขา

ให้งานศพช่วยปลุกเราตื่นจากความหลงและความประมาทในชีวิต

เขียน “พินัยกรรมชีวิต”

วิธีหนึ่งที่จะช่วยตรวจสอบว่า
เรามีความก้าวหน้าในการเตรียมตัว
รับมือกับความตายแล้วมากน้อยเพียงใด ก็
คือการเขียนพินัยกรรมชีวิต
โดยตอบคำถามต่อไปนี้

คำตอบเหล่านี้ เราสามารถนำไปปรับ
ให้เป็นพินัยกรรมชีวิตฉบับจริงได้ด้วย

๑) ทรัพย์สินเงินทองที่มีอยู่ อยากให้จัดการอย่างไร
๒) อยากฝากให้ใครดูแลช่วยเหลือญาติมิตร ลูกหลาน พ่อแม่ อย่างไรบ้าง
๓) ร่างกายของเรา อยากให้จัดการต่ออย่างไร
๔) การงานหรือธุรกิจที่ค้างค้าง อยากให้จัดการต่ออย่างไร
๕) งานศพของเรา อยากให้จัดการอย่างไร
๖) หากเราอยู่ในระยะสุดท้ายที่ไม่สามารถพูดหรือสื่อสารได้ การรักษาแบบใดที่เราต้องการ แบบใดที่เราไม่ต้องการ และอยากให้ใครมาช่วยสื่อสารเจตนาแทนเรา

ทำสองอย่างนี้

ตายดีแน่นอน !



(ทำความดีทุกขณะที่มีโอกาส ฝึกใจให้รู้จักปล่อยวาง)

เมื่อความตายต้องเกี่ยวพันกับโรงพยาบาล

ปัจจุบันผู้ป่วยระยะสุดท้ายครึ่งหนึ่งเสียชีวิตที่โรงพยาบาล ผู้ป่วยแทบทั้งหมดผ่านการดูแลสุขภาพในระบบที่ใช้แนวทางการแพทย์ตะวันตกเป็นหลัก ซึ่งมักมีปัญหาในด้านต่างๆ

- แพทย์เฉพาะทางมักมุ่งเน้นแต่การรักษาโรคอย่างเดียว
- ผู้ป่วยประสบความทรมานจากการรักษาแบบก้าวร้าว
- เมื่อโรคดำเนินมาจนถึงระยะที่ไม่สามารถรักษาให้หายขาด แพทย์มักประสบปัญหาในการสื่อสารกับผู้ป่วยและครอบครัว
- ค่าใช้จ่ายในการรักษาที่แพงและสิ้นเปลือง

เพื่อขจัดปัญหาซึ่งเป็นผลข้างเคียงจากการดูแลสุขภาพตามแนวทางการแพทย์ตะวันตก จึงเกิดแนวคิด "การดูแลแบบประคับประคอง" ขึ้นในระบบสุขภาพ

การดูแลแบบประคับประคอง (Palliative care)

เมื่อผู้ป่วยเผชิญโรคที่คุกคามชีวิต รักษาให้หายได้ยาก การดูแลแบบประคับประคอง จึงเปลี่ยนเป้าหมายจากการรักษาให้หายขาด มาสู่การพัฒนาคุณภาพชีวิตควบคู่ไปกับการรักษา โดยป้องกันและบรรเทาความทุกข์ทรมานต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับผู้ป่วยและครอบครัว เข้าไปดูแลปัญหาสุขภาพตั้งแต่ระยะแรกของโรค ประเมินและดูแลปัญหาสุขภาพกาย ใจ สังคม และจิตวิญญาณ จนกระทั่งผู้ป่วยจากไปอย่างสงบและมีศักดิ์ศรี

การดูแลแบบประคับประคอง มุ่งพัฒนาคุณภาพชีวิต ไม่ยื้อชีวิต และไม่เร่งการตาย

1 ชีวิตของเราเหลืออยู่อีกนานเท่าใด ?

2 อยากลดความปวดและอาการรบกวนต้องทำอย่างไรดี ?

3 ทำอย่างไรไม่ให้ค่ารักษาพยาบาลแพงเกินไป ?

เมื่อคุณป่วยหนักรักษาไม่หาย คำถามเหล่านี้อาจเกิดขึ้นกับคุณ

4 อยากกลับไปดูแลช่วงสุดท้ายที่บ้าน ต้องทำอย่างไรบ้าง ?

5 เราและคนใกล้ชิดจะทำอะไรได้บ้างในช่วงท้ายของชีวิต ?

หากคุณมีคำถามเหล่านี้
บอกพยาบาลได้เลยว่า อยากปรึกษา

หน่วยดูแลแบบประคับประคอง

"ขอ คอนเซ้า
หน่วย "พา-เลีย-ถีบ-แค"
หน่อยเด้อออออ"



(คำแปล "ขอปรึกษาหน่วยดูแลแบบประคับประคองค่ะ")

เอกสารแสดงเจตนาเลือกวิธีการรักษา ในช่วงสุดท้ายของชีวิต (Living Will)

เมื่ออยู่ในภาวะป่วยหนัก ผู้ป่วยส่วนใหญ่จะอยู่ในสภาพที่ไม่รู้ตัว การตัดสินใจในการรักษาพยาบาลจึงมักขึ้นอยู่กับแพทย์หรือญาติ ซึ่งอาจสวนทางกับความต้องการของผู้ป่วย

เราทุกคนรวมถึงผู้ป่วยที่ยังมีสติสัมปชัญญะดีอยู่ สามารถเขียนเอกสารแสดงเจตนาเลือกวิธีการรักษาในช่วงสุดท้ายของชีวิตได้ เอกสารนี้จะทำหน้าที่สื่อสารความต้องการของเรากับครอบครัวและทีมสุขภาพ เพื่อให้คนรอบข้างดูแลเราได้อย่างตรงตามความต้องการ มั่นใจ และไม่ต้องเดาใจ ช่วยเพิ่มความร่วมมือในการดูแลและลดความขัดแย้งระหว่างกัน

อ่านรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ www.thailivingwill.in.th

โครงการชุมชนกรุณาเพื่อการอยู่และตายดี

เพราะการเผชิญความสูญเสียเป็นประสบการณ์ครั้งสำคัญของชีวิต หน้าที่การดูแลผู้ป่วยระยะท้ายและการตายดีจึงไม่อาจจำกัดเพียงครอบครัวหรือบุคลากรสาธารณสุขเท่านั้น หากเป็นความ รับผิดชอบของทุกคน

แม้จะไม่ใช่ผู้เชี่ยวชาญ แต่เราทุกคนสามารถมีส่วนช่วยเหลือได้ตามศักยภาพ ความสามารถ และบทบาทหน้าที่ที่เป็นอยู่ ขอเพียงมีความกรุณาเห็นอกเห็นใจผู้ที่กำลังเผชิญความสูญเสีย แม้การช่วยเหลือเพียงเล็กน้อยอาจส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยอย่างมาก

ชุมชนกรุณา คือแนวทางการสร้างความเข้มแข็งของชุมชน ให้สามารถดูแลผู้เผชิญความสูญเสีย ทั้งผู้ป่วย ครอบครัว และผู้ดูแล โดยเน้นการป้องกันความทุกข์ การบรรเทาความรุนแรง และการเยียวยาฟื้นฟู ผ่านการสร้างความร่วมมือระหว่างภาคสุขภาพและภาคสังคม การทำงานโดยวิเคราะห์ระบบนิเวศน์ในชุมชน

การขับเคลื่อนชุมชนกรุณา สามารถทำงานให้ความช่วยเหลือในหลายระดับ ตั้งแต่ระดับบุคคล ระดับกลุ่มองค์กร ระดับโครงสร้างนโยบาย หรือในระดับวัฒนธรรมของสังคม

www.peacefuldeath.co/
compassionatecommuniteis

กลุ่ม Peaceful Death

เราคือกลุ่มเพื่อนกิจกรรมที่สนับสนุน "การอยู่ดีและตายดี" ของคนในสังคมไทย เราผลิตเนื้อหา เครื่องมือการเรียนรู้ จัดกิจกรรมเรียนรู้ชีวิตและความตายที่ง่ายต่อการเข้าถึงสำหรับผู้สนใจ เราหวังเป็นกลไกหนึ่งที่ช่วยสร้างสภาพแวดล้อมทางสังคมให้เอื้อต่อการจากไปอย่างสงบ

Peaceful Death ทำงานร่วมกับภาคีขับเคลื่อนคุณภาพชีวิตช่วงท้ายและการตายดี ภาคประชาสังคม หน่วยงานสุขภาพ โรงพยาบาล และชุมชนท้องถิ่น เรายินดีเป็นเพื่อนที่พร้อมแบ่งปันคำแนะนำเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพระยะท้าย โดยหวังเป็นอย่างยิ่งว่า การดำเนินงานของเรา จะเป็นประโยชน์ต่อผู้ป่วย ครอบครัว ทั้งในยามที่สุขภาพดี และยามที่ความจริงของชีวิตได้ปรากฏ

ติดตามกิจกรรมของเราได้ที่ www.peacefuldeath.co

สมาคมบริบาลผู้ป่วยระยะท้าย (THAPS)

เพราะปัจจุบันการแพทย์มีอิทธิพลต่อการตายของผู้ป่วยอย่างมาก การสร้างความร่วมมือเพื่อพัฒนาให้เกิดการดูแลแบบประคับประคองแก่ผู้ป่วยระยะสุดท้ายจึงเป็นสิ่งจำเป็น สมาคมบริบาลผู้ป่วยระยะท้ายจึงก่อตั้งขึ้นในเดือนธันวาคม 2555 โดยมีวัตถุประสงค์ดังนี้

1. เป็นศูนย์กลางแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เพื่อพัฒนาการดูแลผู้ป่วยระยะท้าย ในบริบทของสังคมไทย
2. ส่งเสริมและสนับสนุนการเรียนการสอนการดูแลผู้ป่วยระยะท้าย สำหรับบุคลากรทุกระดับ
3. รวบรวมองค์ความรู้เพื่อพัฒนาการทำงาน และการวางแผนนโยบาย การดูแลผู้ป่วยระยะท้าย
4. ประสานงานกับองค์กรที่ให้การดูแลผู้ป่วยเรื้อรังและระยะสุดท้ายทั้งในและต่างประเทศ
5. เสริมสร้างความรู้ความเข้าใจการดูแลผู้ป่วยระยะท้ายให้กับประชาชน
6. สนับสนุนการทำงานของบุคลากรที่ดูแลผู้ป่วยระยะท้ายและครอบครัวทางด้านวิชาการ บริหารจัดการ งานวิจัย และสุขภาวะในการทำงาน

อ่านรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ www.thaps.or.th

Add ความตาย
เป็น Friend จริงๆ

กด like และติดตามเนื้อหา ข่าวสาร
เพื่อการเรียนรู้ความตายเพิ่มเติมได้ที่

peaceful
death

Facebook.com/peacefuldeath2011