

# สารบัญ

## คำนำ

บทที่ 1 “ศิลปะ” อยู่ที่ “ใจ” .....	1
คุณสมบัติที่ดีสำหรับผู้ดูแลผู้ป่วย .....	4
การแจ้งข่าวร้ายและการดูแลผู้ป่วย .....	7
ก่อนจะดูแลผู้ป่วยให้ตายดี .....	8
.....	
บทที่ 2 “ความตาย” และ “การตาย” .....	11
“ความตาย” คืออะไร .....	12
“การตาย” คืออะไร .....	20
- “การตาย” ในพุทธศาสนาแบบทิเบต .....	26
- “การตาย” ในพุทธศาสนาแบบเซน .....	28
- วัฒนธรรมการตายของพุทธบริษัท .....	30
- “การตาย” แบบฝรั่ง .....	31
.....	
บทที่ 3 ชีวิตและการ “ตายดี” .....	37
ช่วงชีวิต (อายุขัย) .....	38
“ตายดี” หมายความว่าอย่างไร .....	41
คนดูแลผู้ป่วยให้ตายดี .....	47
.....	

.....

**บทที่ 4 การดูแลผู้ป่วยให้ “ตายดี” ..... 51**

หลักการการดูแลผู้ป่วยให้ “ตายดี” ..... 53

การดูแลให้สบาย (palliative care) ..... 57

การดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย (hospice care) ..... 64

.....

**บทที่ 5 วิธีการดูแลผู้ป่วยให้ “ตายดี” ..... 69**

“ต้นทูลทางสังคม” ในประเทศไทย ..... 71

วิธีการดูแลผู้ป่วยให้ตายดี ..... 72

1. การกล้าพูดความจริงของการป่วย ..... 72

2. การทำให้ผู้ป่วย (และญาติ) ยอมรับ

    ตลโกแห่งความตายตามธรรมชาติ ..... 85

3. การบรรเทาความเจ็บปวดและอาการ

    รบกวนต่างๆ ..... 95

4. การบรรเทาอาการทางใจ ..... 105

5. การสร้างบรรยากาศแห่งความสงบ ..... 116

6. การตั้งสติและการ “ปล่อยวาง” ..... 118

7. การกล่าวลาและการ “บอกทาง” ..... 120

.....

.....

**บทที่ 6 การดูแลหลังตาย** ..... 125

การเตรียมใจของญาติก่อนผู้ป่วยเสียชีวิต.....	127
1. การดูแลร่าง (ศพ) ของผู้ป่วย .....	127
2. การปลอบขวัญและให้กำลังใจ .....	128
3. การจัดการเกี่ยวกับเอกสารต่างๆ.....	129
4. การช่วยประสานงานเรื่องต่างๆ.....	129
5. การจัดพิธีกรรมทางศาสนา .....	130
6. การดูแลสิ่งแวดล้อมชนและสังคม .....	130
7. การดูแลตนเอง .....	131
8. การให้การศึกษแก่ญาติมิตรและสังคม .....	131

.....

**บทที่ 7 สิ่งที่ไม่พึงกระทำสำหรับการ “ตายดี”** ..... 133

การปกปิดความจริงเกี่ยวกับการเจ็บป่วย .....	135
การให้ความหวังที่ไม่อาจเป็นจริงได้ .....	136
การให้การรักษาพยาบาลที่ เพิ่มความทุกข์ทรมาน .....	137
การให้การรักษาพยาบาลที่ ตรงข้ามกับความต้องการของผู้ป่วย .....	138
การปฏิเสธที่จะรับฟังความคิดเห็นของผู้ป่วย.....	138
การทอดทิ้งผู้ป่วย .....	139
การพูดและ/หรือการแสดง อากัปกิริยาอันไม่สมควร .....	140
การกู้ชีพผู้ป่วยที่หมดหวัง/ระยะสุดท้าย .....	140

.....

.....  
บทที่ 8 บทสรุปสำหรับการดูแลผู้ป่วยให้ “ตายดี”.... 143  
.....

### ภาคผนวก

- สุดยอดแห่งชีวิต ..... 147
- ภาพสุดท้าย ..... 159
- พินัยกรรม..... 160

.....  
เอกสารอ้างอิง ..... 161  
.....

### ส่วนเพิ่มเติม

- พินัยกรรมชีวิต (Living Wills) ..... 163

.....  
ดัชนี ..... 193  
.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....