

## อายุมากขึ้นต้องไปโรงพยาบาลบ่อย

โดยปกติคนเราต้องการปัจจัย 4 คือ อาหาร ที่อยู่อาศัย เครื่องนุ่งห่ม และยารักษาโรค เพื่อให้มีชีวิตอยู่ปกติต่อไปได้ ปัจจัยต่าง ๆ ดังกล่าวนี้นั้นส่วนมากหาได้ไม่ยาก สำหรับรายจ่ายยามเจ็บป่วยเป็นไปตามภาวะเศรษฐกิจ แต่สรุปว่าส่วนใหญ่ก่อนข้างแพ่ง ที่ถูก ๆ ไม่ค่อยมี ผมเป็นข้าราชการ เมื่ออายุยังน้อย การใช้บริการทางการแพทย์นั้นไม่ค่อยข้างน้อย เพราะส่วนใหญ่สุขภาพค่อนข้างดีโดยเฉลี่ย เนื่องจากพยายามออกกำลังกายอยู่เสมอ แม้ปัจจุบันอายุจะมากแล้ว แต่ยังคงออกกำลังกายอยู่คือพยายามช่วยตัวเองให้มากที่สุด เมื่ออายุมากขึ้น อวัยวะก็จะเสื่อมไปเพราะใช้มานาน เมื่อเสื่อมลงก็ต้องไปซ่อมแซม ไปปรับปรุงและไปเปลี่ยนใหม่ โรคของคนสูงอายุมีร้อยแปดโรค ตั้งแต่สมอง โรคหัวใจ เบาหวาน ต่อมลูกหมากโต สายตา อัตราส่วนโรคต่าง ๆ ที่มีค่าสูง เช่น ความดันโลหิตสูง คอเลสเทอรอลสูง สารพัดประเภทโรค จะมีอัตราสูงกว่าเกณฑ์ ต้องการหมอเพื่อให้สั่งยามารับประทาน โรคหลายประเภทต้องพบหมอ บางประเภท 6 เดือนครั้ง โรคบางประเภทพบหมอทุก ๆ 3 เดือน เพื่อปรับยาอยู่ตลอด บางโรคก็รู้สึกกรมเราเข้ามาโจมตีเยอะ เมื่อมีหลายโรค การใช้บริการแพทย์และพยาบาลก็มีความจำเป็นต้องมีค่าใช้จ่าย แม้เป็นข้าราชการเกษียณจะเบิกทางราชการได้ก็ตาม แต่ยังมีเงินจะต้องมีงบประมาณไว้จำนวนหนึ่งเพื่อใช้ในกรณีต่างๆ ประการแรก มีหลายประเภทเบิกทางราชการไม่ได้ ต้องออกเอง การใช้บริการคลินิกพิเศษตอนเช้าหรือเย็น หรือคลินิกนอกเวลา หรืออาจใช้สำหรับสุขภาพบุรุษที่ใช้การรักษาด้วยปัญญาประดิษฐ์ (Artificial Intelligence, IT) ในการรักษากรณีต่อมลูกหมากโต ซึ่งมีค่าใช้จ่ายราว 300,000 บาท และเบิกกับทางราชการไม่ได้ นอกจากนั้น ยังต้องเตรียมค่าใช้จ่ายสำหรับการรักษาโดยภาคเอกชนต่าง ๆ ทั้งโรคทั่วไปและการรักษาฟันซึ่งค่อนข้างแพงมาก เนื่องมาจากไม่อาจรอเข้าคิวโรงพยาบาลหลวงปกติ บางกรณีอาจถึง 3-6 เดือน และบางกรณีรอเป็นปี จำเป็นจะต้องตัดสินใจใช้บริการเอกชน การจะกลับมารักษาที่ทางราชการนั้นมีโอกาสน้อยมาก เพราะอายุยิ่งมากโรครก็มากขึ้น ทำให้คนป่วยที่ไปโรงพยาบาลมีมากขึ้นทำให้มองไม่เห็นโอกาสที่จะไปรอเข้าคิว ดังนั้น ทุกคนจึงต้องเตรียมงบประมาณไว้จำนวนหนึ่งเมื่อเกษียณหรือแก่ตัวลงเพื่อเผชิญกับเหตุการณ์ที่ไม่สามารถใช้บริการจากโรงพยาบาลหลวงได้ ฉะนั้น ประการแรก ถ้าไม่มีงบพิเศษที่เตรียมไว้หรือสแตนด์บายที่เตรียมไว้อาจลำบาก อาจขาดสน จะรอโรงพยาบาลหลวงเท่านั้นไม่ได้ ประการถัดไป โดยทั่วไปการรับบริการ

โรงพยาบาลหลวง ส่วนใหญ่จะเป็นโรงพยาบาลที่เก่าแก่และมีชื่อเสียงดัง ๆ ในประเทศ ซึ่งโรงพยาบาลเหล่านี้มักจะเป็นเป้าหมายของคนทั่วประเทศเพราะทุกคนมุ่งหน้าเข้ากรุงเทพฯ เพื่อหาหมอที่ดีที่สุดและข้อเท็จจริงก็เป็นเช่นนั้น คือ หมอดี ๆ และเก่ง ๆ มักจะอยู่โรงพยาบาลหลวงในกรุงเทพฯ เพราะบุคคลเหล่านี้มักไม่ไปต่างจังหวัด เพราะฉะนั้น คนจะเยอะมาก ผมเป็นคนหนึ่งที่นิยมใช้โรงพยาบาลรัฐและเป็นโรงพยาบาลที่ตั้ง ๆ ฉะนั้น เวลาไปโรงพยาบาลในกรุงเทพฯ จะเจอคลื่นมนุษย์เสมอ คือ คนเยอะ ในข้อเท็จจริงจะต้องไปแต่เช้าเพื่อเข้าคิว ซึ่งคนจำนวนมากแม้จะเป็นข้าราชการเกษียณต้องไปเข้าคิวกับประชาชนทั่วไป แม้แต่คนไปเป็นเพื่อนด้วยจะบ่นเสมอ เพราะเขาต้องไปแต่เช้าด้วยสำหรับข้าราชการผู้ใหญ่บ่อยคนที่ใช้บริการโรงพยาบาลหลวง เพราะเขาเหล่านั้นมีเงินจ่ายไม่จำเป็นต้องมารอ จึงแทบไม่เจอข้าราชการผู้ใหญ่มาโรงพยาบาลหลวงเลย แต่ผมไม่มีเงินมากพอที่จะใช้โรงพยาบาลเอกชน หรือคลินิกเอกชนเหมือนผู้ใหญ่ท่านอื่นที่ท่านเหล่านั้นมีสตางค์เยอะไม่เดือดร้อน ส่วนผมไม่มีโอกาสเพราะมีงบไม่มากขนาดนั้น เพราะรับราชการก็มีแค่เงินเดือนเท่านั้น เงินเก็บมีไม่มาก ก็ต้องเข้าใจสถานการณ์และรับเหตุการณ์ได้เสมอ จริง ๆ แล้วแม้คนจะเยอะบริการแพทย์และพยาบาลถือว่าให้บริการดีเลิศทีเดียว ประการถัดไปในช่วงแรก การเข้าคิวร่วมกับคนเยอะ ผมรู้สึกรับไม่ค่อยได้ เพราะเรามาเข้าคิวแต่เช้ามีดแล้ว แต่มักจะมีคนจำนวนหนึ่งใช้สิทธิลัดคิวบ่อย ๆ ซึ่งระยะหลังเริ่มเข้าใจหรือยืดหยุ่นมากขึ้นเพราะสังคมไทย พรรคพวกต้องมาก่อนเลยทำใจยอมรับได้ หรืออาจจะเพราะเราอายุมากขึ้นเห็นโลกมากขึ้น กรณีไปโรงพยาบาลตั้งในกรุงเทพฯ เหมือนไปตลาดนัดหรือมีงาน เมื่อเปรียบเทียบกับต่างประเทศผมเคยเสนอว่าให้ใช้ระบบนัดล่วงหน้า อย่าเปิดรับทันทีเยอะ ๆ ทราบว่าเดี๋ยวนี้ใช้ระบบดังกล่าวแล้วคือ มีกำหนดว่าแต่ละวันจะรับคนไข้ได้เท่าไร ทำให้บรรเทาการจัดการระบบได้ดีขึ้น ไม่ต้องมารอกันจนมากเกินไป สำหรับการจัดการบริการทางการแพทย์และพยาบาลอาจไม่มีปัญหาแต่ด้านธุรการอาจมีปัญหาบ้าง ไม่สะดวกเท่าที่ควร เท่าที่สังเกตก็เห็นว่ามีกรปรับปรุงให้ดีขึ้นตลอดซึ่งก็ควรปรับปรุงต่อไป เมื่ออายุมากขึ้นความจำเป็นต้องไปโรงพยาบาลมีเยอะ เพราะร่างกายเริ่มเสื่อมสภาพแล้ว ร่างกายไม่เหมือนเก่า ฉะนั้น การออกกำลังกายเป็นเรื่องแรกที่คุณควรพึงกระทำเพื่อให้สุขภาพแข็งแรงและอายุยืนยาว ประการถัดไปเตรียมเงินเพื่อดูและด้วยตนเอง เพราะปัจจุบันอะไร ๆ ก็แพงรวมทั้งยาและการดูแลสุขภาพอาจใช้เงินบ้าง ฉะนั้น จำเป็นต้องมีเงินสำรองไว้ อย่าหวังแต่พึ่งเงินบำนาญอาจ

ไม่เพียงพอ โดยเฉพาะอาจใช้บริการคลินิกพิเศษหรือคลินิกนอกเวลา การรับบริการพิเศษหรือทั้งบริการรักษาโรคทั่วไป และรักษาทางทันตกรรม ซึ่งมีราคาค่อนข้างแพง เพราะจำเป็นต้องรักษาทันที

