

แอ่วหาเสี่ยวผู้สูงอายุดำบลถ้ำทอง

ฉบับเคลื่อนโครงการ

“เป็นคนที่มีความคิดสร้างสรรค์ ทำงานทุ่มเท ได้รับการยอมรับจากชาวบ้านสูง...”

เพื่อนร่วมงานคนหนึ่งที่ตั้งใจโอนามัยตำบลถ้ำทอง ต.ถ้ำทอง อ.เมือง จ.น่าน กล่าวถึง “วันเพ็ญ วิสุทธิจินดา” ผู้รับผิดชอบงานในฝ่ายส่งเสริมสุขภาพของสถานีอนามัย ซึ่งงานผู้สูงอายุของเป็นหนึ่งในงานที่รับผิดชอบ และเป็นผู้ประสานงานโครงการแอ่วหาเสี่ยวผู้สูงอายุดำบลถ้ำทองนี้

วันเพ็ญ วิสุทธิจินดา แม้จะมีใจคนในพื้นที่แต่ก็เหมือนเป็นคนในพื้นที่ไปแล้ว เพราะเข้ามาทำงานโดยบรรจุเริ่มต้นทำงานที่ตั้งแต่เมื่อกว่า ๒๐ กว่าปีที่แล้ว กระทั่งมีบ้านเรือนอยู่ในหมู่บ้าน เธอและครอบครัวอาศัยอยู่ในหมู่บ้านจนกลายเป็นสมาชิกชุมชนไปโดยปริยาย

แม้จะเป็นข้าราชการ แต่วันเพ็ญ วิสุทธิจินดา ก็ได้ผูกตัวเองไว้เพียงหน้าที่ของข้าราชการเท่านั้น เธอทุ่มเททำงานเพื่อให้ชาวบ้านในพื้นที่มีสุขภาพที่ดีเต็มตามศักยภาพที่มีอยู่ เข้าร่วมในงานพัฒนาชุมชนกับเครือข่ายชาวบ้านในพื้นที่ ทั้งที่เกี่ยวข้องและไม่เกี่ยวข้องกับงานด้านสุขภาพโดยตรง และเป็นส่วนสำคัญในการขับเคลื่อนองค์กรชุมชนในพื้นที่ในนาม “สภาประชาชน”^๑ เธอเล่าถึงแนวคิดในการเชื่อมโยงกับเครือข่ายอื่นๆ

“...มันเป็นอันเดียวกันค่ะเขาพึ่งเราเราก็พึ่งเขามันเป็นงานพัฒนาไม่ได้ว่าเราอยู่สาธารณสุขอย่างเดียวทุกอย่างผลกระทบมันก็จะได้เรื่องของสุขภาพด้วย ทุกเรื่องมันเชื่อมโยงกันหมดไม่ใช่แค่เรื่องสุขภาพอย่างเดียว เราต้องทำไปพร้อม ๆ กัน...”

...เราจะเข้าไปร่วมทุกหน่วยงานที่เข้ามา ไม่ใช่แค่เกษตรเข้ามา พัฒนาชุมชนเข้ามา แล้วเราไม่สนเพราะไม่ใช่หน้าที่ของเรา แต่เราจะเข้าไปร่วม เข้าไปเชื่อม มันจะได้อะไรหลายอย่าง โดยส่วนตัวจะชอบเรียนรู้เรื่องใหม่ ๆ อะไรที่คิดว่าดีก็จะพยายามเสาะหา มีอบรมที่ไหน บางทีก็ไม่เกี่ยวข้องกับเราโดยตรง แต่จะเป็นประโยชน์กับพื้นที่ก็จะขอเข้าไปร่วมในฐานะตัวแทนจากตำบลถ้ำทอง...”

สาเหตุดังกล่าวทำให้ วันเพ็ญ วิสุทธิจินดา นำสถานีอนามัยถ้ำทอง เข้าไปเป็นเครือข่ายสร้างเสริมสุขภาพกับสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดน่าน และทำให้เธอมีโอกาสได้ร่วมงานกับเจ้าหน้าที่ผู้หนึ่งซึ่งเป็นผู้ประสานงานกับ สสส. ประจำจังหวัดน่าน จากนั้นก็ได้รับคำแนะนำให้เขียนโครงการเพื่อขอรับการสนับสนุนงบประมาณมาดำเนินงานขับเคลื่อนเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพในพื้นที่

^๑ กระบวนการทำงานในพื้นที่ตำบลถ้ำทอง ไขกติกที่เรียกว่า “สภาประชาชนตำบลถ้ำทอง” ซึ่งเกิดจากการรวมตัวของชาวบ้านในพื้นที่ สภาฯ เป็นตัวแทนชาวบ้านจำนวน ๒๗ คน ครอบคลุมประชาชนทุกกลุ่มอายุ ทุกวัย มีข้าราชการในพื้นที่เข้ามามีส่วนร่วมด้วยในฐานะที่ปรึกษา สภาประชาชนฯ มีก้านันเป็นประธาน นายก อบต. เป็นรองประธาน และมีผู้ใหญ่บ้านทั้ง ๘ หมู่บ้านเป็นกรรมการโดยตำแหน่ง มีผู้ทรงคุณวุฒิภายในหมู่บ้านอีกจำนวนหนึ่งถูกเลือกเข้าร่วมเป็นกรรมการ บทบาทของสภาฯ คือ การกำหนดทิศทางในการพัฒนาตำบล การวางแผนและกลั่นกรองแผนพัฒนาตำบล การหลอมรวมงานพัฒนาภายในตำบลของหน่วยงานต่าง ๆ การแสวงหาพันธมิตรการทำงานเพื่อการพัฒนาท้องถิ่น ฯลฯ

ในการเขียนโครงการ เพื่อขอรับทุนในระยะแรกนั้น มีการปรับแก้ไปมาหลายรอบ เนื่องจาก การเขียนโครงการในลักษณะดังกล่าวแตกต่างไปจากการเขียนโครงการแบบราชการทั่วไป เธอกล่าวว่าได้ เรียนรู้จากการทำโครงการในครั้งนั้นมาก ซึ่งต่อมากไม่เพียงกลายเป็นประสบการณ์ที่สำคัญที่ทำให้เธอ พัฒนาโครงการเพื่อระดมทุนจากภายนอกเข้ามาดำเนินงานในพื้นที่อีกหลายโครงการเท่านั้น แต่ยังทำให้ เธอเข้าใจสภาพปัญหาในพื้นที่ลุ่มลึกมากขึ้นจากการวิเคราะห์ปัญหาสุขภาพในชุมชน

เธอล้ำถึงเหตุผลในการระดมทุนจากภายนอกเข้ามาทำงานว่า

“...เราเป็นสถานีอนามัยขนาดเล็ก งบประมาณมีน้อย ส่วน อบต. ก็เป็น อบต. ขนาดเล็ก มี งบประมาณน้อยเหมือนกัน การพัฒนาโครงสร้างพื้นฐานภายในตำบลก็แทบไม่เพียงพออยู่แล้ว การนำมา สนับสนุนงานพัฒนาด้านสาธารณสุขก็มีน้อยมาก ๆ...”

ในส่วนงานผู้สูงอายุที่เธอรับผิดชอบอยู่ เธอมีความเห็นว่าผู้สูงอายุเป็นกลุ่มคนที่มีศักยภาพ มี ประสบการณ์ผ่านโลกมามาก เป็นกลุ่มที่มีความพร้อมและมีเวลาว่าง หากเราให้ออกาสกลุ่มนี้ก็จะดูแล กันเองได้ ไม่เพียงจะเป็นการลดภาระในการดูแล แต่จะเป็นกำลังหนึ่งในการพัฒนาชุมชน

“...เพราะว่าทุกวันนี้เราก็ต้องอาศัยผู้สูงอายุเป็นหลักเกี่ยวข้องกับวิถีการดำเนินชีวิตทุกเรื่อง เพราะว่าประสบการณ์องค์ความรู้ที่มีแต่ดั้งเดิม เพราะว่าเรายังเป็นวัฒนธรรมพื้นบ้าน ความเชื่ออะไรก็ต้อง อาศัยผู้สูงอายุทั้งนั้น เรื่องของพิธีกรรม เรื่องของอุปลกรรมบายศรี...”

และจากการคลุกคลีและใกล้ชิดกับผู้สูงอายุ เธอเริ่มเห็นสัญญาณบ่งบอกถึงปัญหาผู้สูงอายุว่า นับวันจะรุนแรงขึ้น เธอสะท้อนว่า

“...เดี๋ยวนี้เริ่มมีผู้สูงอายุที่ถูกทอดทิ้งให้อยู่บ้านตามลำพังมากขึ้น ลูกหลานออกไปทำงานใน เมือง การอยู่ตามลำพังก็เกิดอาการเหงา ว่าเหว อยู่ในบ้านทั้งวันก็ไม่ได้มีกิจกรรมอะไร ไม่ได้ออกกำลังกาย ซึ่งทำให้เจ็บป่วยง่ายขึ้น มีผู้สูงอายุป่วยเป็นโรคเบาหวานและความดันมากขึ้นกว่าเมื่อก่อน...”

ทั้งนี้ได้ให้เหตุผลว่าเรื่องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ชีวิต เรื่องการรับประทานอาหารที่ เปลี่ยนแปลงไปจากอดีต รวมทั้งความเครียด เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้ผู้สูงอายุเจ็บป่วยมากขึ้น และเป็น สาเหตุที่ทำให้เธอหันมาใส่ใจในการดำเนินงานผู้สูงอายุอย่างเอาจริงเอาจังมากขึ้น

ภูมิหลังของโครงการ

ชมรมผู้สูงอายุตำบลถ้ำมุดอง ตั้งขึ้นเมื่อวันที่ ๒ ตุลาคม ๒๕๓๕ ซึ่งดำเนินงานตามนโยบายของ กระทรวงสาธารณสุข

ในระยะแรกของการจัดตั้งชมรม มีความพยายามในการรวมกลุ่มทำกิจกรรม ๆ เช่น การ รวมกลุ่มออกกำลังกาย แต่การดำเนินงานก็ไม่ต่อเนื่อง ด้วยข้อจำกัดในการสนับสนุนจากทางสถานีอนามัย เอง วันเพ็ญ วิสุทธิจินดา สะท้อนว่า

“...งานผู้สูงอายุมันแค่สาขาหนึ่งของงานหลักทั้งหมดของเรา งานรักษา งานแม่และเด็ก งาน อะไรอีก ซึ่งมันมีมาก ยังมีงานด้านอื่นอีกเยอะ ทั้งงานรักษา งานที่ต้องตามเข้าไปหมู่บ้าน...”

...ใจก็อยากจะทำงานกับผู้สูงอายุ แต่ก็มีการกิจอื่น ๆ เยอะ ทั้งสถานีนอนมัยมีเจ้าหน้าที่แค่ ๓ คน งบประมาณก็มีจำกัด ทำให้ไม่สามารถลงมาดูแลชมรมผู้สูงอายุได้เต็มที่...”

ขณะนั้นการดำเนินงานเกี่ยวกับผู้สูงอายุของสถานีนอนมัยในพื้นที่โดยมากจะเป็นการตั้งรับ เช่น การตรวจสุขภาพ

ขีดจำกัดการดำเนินงานค่อยคลายลง เมื่อได้รับงบประมาณสนับสนุนโครงการจาก สสส. เมื่อปี ๒๕๔๗ โครงการแรกที่ได้รับทุนสนับสนุนจาก สสส. เป็นโครงการที่ทำงานกับผู้สูงอายุ เป็นการรวมกลุ่มผู้สูงอายุ และพัฒนาแกนนำผู้สูงอายุให้เป็นผู้นำออกกำลังภายในกลุ่มผู้สูงอายุ ซึ่งท่าทางการออกกำลังกายนี้เป็นไปตามแบบและแนวทางที่กระทรวงสาธารณสุขได้จัดทำและเผยแพร่

โครงการถัดมา เป็นการพัฒนาดนตรีพื้นบ้านมาเป็นดนตรีประกอบสำหรับการออกกำลังกาย ในโครงการนี้มีการรวมกลุ่มผู้สูงอายุที่เป็นนักดนตรีพื้นบ้านภายในตำบลมาร่วมกันเล่นดนตรีและผลิตเพลงสำหรับให้เพื่อนสมาชิกในชมรมผู้สูงอายุใช้เป็นเพลงสำหรับการออกกำลังกาย โดยมีผู้นำออกกำลังกายจากโครงการก่อนหน้าเป็นผู้คิดค้นท่าทางการออกกำลังกาย ซึ่งก็มาจากท่าทางการฟิตร่างกายตามแบบพื้นบ้านที่ผู้สูงอายุแต่ละคนคุ้นเคยกันอยู่แล้ว

การดำเนินงานตามโครงการฯ ที่ได้รับการสนับสนุนจาก สสส. นั้นค่อนข้างดี มีการรวมกลุ่มผู้สูงอายุมาต่อเนื่อง ต่อมาก็พัฒนาไปสู่กิจกรรมอื่น ๆ นอกเหนือจากกิจกรรมด้านสุขภาพ เช่น การพาลูกหลานไปเรียนรู้ภูมิปัญญาพื้นบ้าน พาลูกหลานอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม ซึ่งเป็นที่มาของโครงการในลำดับที่สามที่ขอรับทุนสนับสนุนจาก สสส.

ในโครงการถัดมานั้น เป็นโครงการที่เชื่อมประสานระหว่างผู้สูงอายุกับเด็กและเยาวชน มีเนื้อหาโครงการเกี่ยวกับการศึกษาเรียนรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น โดยการชักชวนผู้สูงอายุ เด็กและเยาวชนในพื้นที่ป็นจรรย์านไปเรียนรู้ตามสถานที่ต่างทั้งภายในตำบลและตำบลใกล้เคียง

กิจกรรมป็นจรรย์านของผู้สูงอายุในโครงการข้างต้นนั้น เป็นที่มาของโครงการแอ่วหาเสี้ยวผู้สูงอายุตำบลถืมตอง

พัชนี อินสองใจ แกนนำชมรมผู้สูงอายุตำบลถืมตอง กล่าวถึงที่มาว่า

“...สมัยก่อนคนเฒ่าคนแก่ตอนเป็นเด็ก ๆ เป็นหนุ่มสาวก็เป็นเพื่อนกัน เคยไปมาหาสู่กัน พอแก่ตัวมาก็ไม่ได้ไปมาหาสู่กัน ต่างคนต่างอยู่ ก็เลยอยากจะให้ได้ไปเจอกัน...”

โครงการแอ่วหาเสี้ยวผู้สูงอายุตำบลถืมตองนี้เป็นความต่อเนื่องของการทำงานกับผู้สูงอายุในพื้นที่บริการของสถานีนอนมัยตำบลถืมตอง เน้นการออกกำลังกายควบคู่ไปกับการสร้างความสุขทางใจในกลุ่มผู้สูงอายุ

การออกกำลังกาย กระทำโดยการป็นจรรย์านไปเยี่ยมเยือนเพื่อนฝูงที่ไม่ได้พบปะกันมานาน ส่วนความสุขใจเกิดจากการมีโอกาสได้พบปะเล่าเรื่องราวความหลังระหว่างกัน

กิจกรรมของโครงการไม่เพียงการไปเยี่ยมเยือนกันเท่านั้น แต่ยังมีกิจกรรมเยี่ยมบ้านกรณีที่มีผู้สูงอายุเจ็บป่วยนอนรักษาตัวอยู่ในบ้าน บ้างก็เลยไปเยี่ยมถึงโรงพยาบาลเป็นการเยี่ยมทางด้านจิตใจให้ผู้สูงอายุมีจิตใจเข้มแข็งมากขึ้น ส่งผลดีต่อการรักษาอาการเจ็บป่วยทางกาย

การดำเนินงานโครงการ

โครงการนี้มีกิจกรรมหลัก ๆ ได้แก่ การอบรมแกนนำผู้สูงอายุสำหรับเป็น “อาสาสมัครเพื่อนช่วยเพื่อนผู้สูงอายุ” เพื่อทำหน้าที่เป็นเป็นผู้เยี่ยมเยียนตามแนวคิด “Home Health Care” การศึกษาดูงานผู้สูงอายุ ฯ บ้านหนองตองพัฒนา อ.หางดง จ.เชียงใหม่ ซึ่งเป็นหมู่บ้านที่มีความโดดเด่นในการดำเนินงานด้านผู้สูงอายุ การเยี่ยมบ้านสำหรับผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยนอนรักษาตัวอยู่ที่บ้าน และการประชุมสังเคราะห์ไปตามหมู่บ้านต่าง ๆ ภายในตำบล เป็นต้น

อาสาสมัครเพื่อช่วยเหลือผู้สูงอายุ

สำหรับการดำเนินงานอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุที่บ้านภายใต้แนวคิด Home Health Care นั้น ได้มีการดำเนินงานบางพื้นที่ในจังหวัดน่าน ซึ่งพื้นที่ที่เข้าร่วมโครงการจะได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากหน่วยงานที่สนับสนุน ทั้งนี้ตำบลถืมตองมีได้อยู่ในพื้นที่ดำเนินการดังกล่าว แต่แกนนำโครงการเห็นว่าเป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์กับผู้สูงอายุ น่าจะมีการดำเนินงานภายในตำบล จึงได้นำแนวคิดนี้มาปรับดำเนินการ ดังที่ พชณีย์ อินสองใจ สะท้อนว่า

“...ในจังหวัดน่านมิได้มีการดำเนินงานอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุทุกพื้นที่ มีเพียงบางพื้นที่ที่ได้รับการสนับสนุน ในพื้นที่เราไม่มี แต่เราก็อยากจะมี อยากจะทำบ้าง...”

ในกิจกรรมการอบรม “อาสาสมัครเพื่อนช่วยเพื่อนผู้สูงอายุ” นั้น โครงการได้คัดเลือกแกนนำผู้สูงอายุที่มีความพร้อม เช่น มีสุขภาพแข็งแรง มีความรู้เรื่องสุขภาพเบื้องต้น มีใจที่จะบริการผู้อื่น มาเข้ารับการอบรม จากทั้ง ๘ หมู่บ้านในตำบลซึ่งเป็นเขตบริการของสถานีอนามัย หมู่บ้านละ ๕ คน ทั้งนี้ผู้ที่ได้รับการคัดเลือกจำนวนหนึ่งเป็นข้าราชการบำนาญที่อยู่ในพื้นที่

การอบรมใช้ระยะเวลา ๒ วัน ที่สถานีอนามัยตำบลถืมตอง วิทยากรที่มาบรรยายให้ความรู้เป็นบุคลากรจากโรงพยาบาลน่าน ซึ่งมีความรู้และเชี่ยวชาญในด้านผู้สูงอายุ โดยเฉพาะการดำเนินกิจกรรมภายใต้แนวคิด Home Health Care ซึ่งเป็นแนวคิดที่จะนำมาใช้ในการดำเนินงานของโครงการนี้ เนื้อหาการอบรมอาสาสมัครดูแลผู้สูงอายุ ได้แก่ ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุ การปฐมพยาบาล การวัดไข้ วัดความดัน การดูแลบาดแผล การฟื้นฟูสภาพ

หลังจากสิ้นสุดการอบรมแล้ว “อาสาสมัครเพื่อนช่วยเพื่อนผู้สูงอายุ” ก็เริ่มกิจกรรมเยี่ยมบ้านผู้ป่วยที่เป็นผู้สูงอายุ โดยอาสาสมัครฯ และ อสม. ในแต่ละหมู่บ้านจะแจ้งมายังประธานฯ และสถานีอนามัยว่ามีผู้สูงอายุที่นอนป่วยอยู่ที่บ้านใครบ้าง จากนั้นทีมงานก็จะวางแผนและนัดหมายสมาชิกที่ผ่านการอบรมให้ลงไปเยี่ยมผู้สูงอายุแต่ละราย

ในระยะแรกการลงไปเยี่ยมบ้านจะไปเป็นกลุ่มใหญ่ ทั้งนี้เพื่อเป็นการซักซ้อมวิธีการเยี่ยมบ้านของอาสาสมัคร รวมทั้งเป็นการประชาสัมพันธ์กิจกรรมไปในคราวเดียวกัน การเยี่ยมเยียนผู้ป่วยผู้สูงอายุที่บ้าน มีการซื้อของเล็ก ๆ น้อย ๆ ไปเยี่ยม เป็นพวกนม อาหารเสริม

กิจกรรมในการลงไปเยี่ยมเยียนก็จะมีการวัดไข้ วัดความดัน พูดคุยถามไถ่อาการและความ เป็นอยู่ ให้กำลังใจ ให้คำแนะนำในการดูแลสุขภาพ-อาหารการกิน บ้างก็ช่วยนวดพื้น บ้างก็สำรวจตรวจตราบ้านเรือนที่ผู้สูงอายุนั้นอยู่ว่ามีความเหมาะสมปลอดภัยหรือไม่ หากไม่เหมาะสมก็จะบอกให้ลูกหลานปรับปรุง

การลงไปเยี่ยมตามบ้าน จะมีทั้งเจ้าหน้าที่จากสถานีอนามัย อาสาสมัครฯ และ อสม. ในหมู่บ้าน ร่วมเดินทางไปจำนวนมาก บางคราวมากเกินกว่าครึ่งร้อยคน

ในระยะหลัง การลงเยี่ยมของอาสาสมัครฯ จะเป็นการเยี่ยมเยียนกันเองภายในหมู่บ้าน ซึ่งสามารถดำเนินการได้คล่องตัวมากขึ้น

พัชนี อินสองใจ กล่าวว่า ในปีที่ผ่านมากิจกรรมเยี่ยมผู้ป่วยผู้สูงอายุที่บ้านได้ดำเนินการไปทั้งสิ้น ๑๘๖ ครั้ง และสำหรับปีนี้ (๒๕๕๓) ดำเนินการไปแล้ว ๔๒ ครั้ง และได้สะท้อนผลจากการลงไปเยี่ยมเยียนว่า

“...ผู้สูงอายุเมื่อมีคนมาเยี่ยมเขาดีใจ บางคนน้ำตาไหลเลย อยู่บ้านเหงาไม่มีคนมาเยี่ยมมากมายขนาดนี้...”

จากนั้น พวณีย์ อินสองใจ ได้เล่าเหตุการณ์ประทับใจในการลงไปเยี่ยมผู้สูงอายุซึ่งนอนป่วยอยู่ที่บ้านรายหนึ่ง ซึ่งวันนั้นหากไม่ได้ไปผู้สูงอายุนั้นอาการอาจเป็นหนักเกินคาดได้

“...เมื่อเดือนที่แล้วผู้สูงอายุหมู่ ๒ ซึ่งป่วยเป็นโรคไต ประสบอุบัติเหตุแขนหักต้องใส่เฝือกหมอนัดไปโรงพยาบาล ไปนั่งรอหมออยู่ครึ่งวัน รอไม่ไหวจึงกลับมาบ้านไม่ได้พบหมอ ประธานผู้สูงอายุที่หมู่บ้านมาแล้วบอกว่าให้ไปดูหน่อย ไปพบแพทย์พบว่าต้องเดินมา ๕ วันแล้ว วันนั้นเอาเครื่องวัดความดันไปด้วย วัดความดันดู ๖๐-๔๐ ไม่ไหวแล้ว คุณไม่รู้เรื่อง ก็เลยโทรศัพท์ประสานกับโรงพยาบาลให้มารับมาถึงก็แทงน้ำเหลืองรับส่งโรงพยาบาล นอนโรงพยาบาลอยู่ ๒ วัน กลับมาได้ ๑ อาทิตย์ เขาก็มาที่อนามัย เขาบอกว่าเหมือนเกิดใหม่...”

การประชุมสัญจร (เสี้ยวแล้วเสี้ยว)

การประชุมสัญจรนี้เป็นกิจกรรมหนึ่งในโครงการนี้ โดยกำหนดหมุนเวียนไปจัดประชุมในทุกหมู่บ้านทั้ง ๘ แห่ง ซึ่งการดำเนินงานไปครบทั้ง ๘ แห่ง ในปีที่ผ่านมา และได้ดำเนินการต่อเนื่องหลังจากสิ้นสุดโครงการ โดยได้หมุนเวียนไปประชุมแล้ว ๓ หมู่บ้าน และจะจัดหมุนเวียนเช่นนี้เรื่อยไป

การดำเนินงานจะเริ่มต้นจากการกำหนดหมู่บ้านที่จะไปจัดประชุม จากนั้นแกนนำในหมู่บ้านซึ่งเป็นสถานที่ประชุมก็จะเตรียมการต่าง ๆ เช่น จัดเตรียมอาหาร อาหารว่าง เครื่องดื่มไว้สมทบ จัดเตรียมเกี่ยวกับสถานที่ บางแห่งก็จะตระเตรียมการแสดงไว้อ้อนรับ ฯลฯ ซึ่งในการเตรียมการนั้นมีได้ดำเนินการโดยลำพังผู้สูงอายุในหมู่บ้านเท่านั้น แต่ก็มีลูกหลานในหมู่บ้านมาช่วยเตรียมการด้วย ทั้งนี้กำลังหลักในการเตรียมงานโดยมากจะเป็น อสม. ของหมู่บ้าน

สำหรับผู้สูงอายุจากต่างหมู่บ้าน ทั้งคณะกรรมการและสมาชิกทั่วไปก็จะไปรวมตัวกันที่หมู่บ้านนัดหมาย บ้างก็ปั่นจักรยานไป ไกลหน่อยก็ขับรถจักรยานยนต์หรือรถยนต์ไป บ้างก็ให้ลูกหลานไปส่ง ฯลฯ เวลานั้นนัดหมายจะเป็นช่วงสาย ซึ่งโดยมากแล้วผู้สูงอายุมักจะเดินทางไปกันก่อนกำหนดเพื่อไปพบปะพูดคุยกับบรรดาเพื่อนสมาชิกด้วยกันอย่างไม่เป็นทางการ

เพื่อมิให้หมู่บ้านซึ่งเป็นเจ้าภาพจัดประชุมเป็นภาระในการต้อนรับดูแล ผู้สูงอายุที่ไปร่วมงานก็จะห่อข้าวไปสำหรับเป็นอาหารกลางวันของตนเองด้วย สำหรับหมู่บ้านเจ้าภาพก็อาจจะจัดเตรียมอาหารคาวหวานและเครื่องดื่มไว้ต้อนรับบ้าง วันเพ็ญ วิสุทธิจินดา เล่าว่า

“...ผู้สูงอายุในหมู่บ้านนั้นก็จะกระตือรือร้นมากกว่าวันนี้จะมีคนมาประชุมที่บ้านเขาจะเตรียมพร้อมสามสัปดาห์ก่อนที่จะประชุม...”

การประชุมจะเริ่มต้นราว ๐๙.๐๐ น. ซึ่งโดยมากนั้นจะมีการต้อนรับโดยผู้ใหญ่และคณะกรรมการหมู่บ้าน สำหรับเนื้อหาในการพูดคุยนั้น ช่วงแรกจะเป็นการชี้แจงให้สมาชิกรับทราบเกี่ยวกับสถานการณ์ของชมรมฯ ทั้งเรื่องบัญชีการเงิน กิจกรรมที่ผ่านมา กิจกรรมที่จะดำเนินการต่อไป รวมไปถึงความรู้เกี่ยวกับการดูแลตนเอง ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ ฯลฯ และบางคราวก็จะมีหน่วยงานมาให้ความรู้คำแนะนำต่าง ๆ ด้วย

เมื่อภาควิชาการจะสิ้นสุดราวหลังจากเริ่มต้นไม่เกิน ๒ ชั่วโมง หลังจากนั้นก็จะจะเป็นกิจกรรมสนทนา การแสดงต่าง ๆ ที่หมู่บ้านเตรียมไว้หรือแต่ละคนเตรียมมา หลังจากรับประทานอาหารกลางวันก็มีกิจกรรมต่อกันไปจนถึงราว ๑๔.๐๐ น. จึงจะเลิกและแยกย้ายกันกลับ

พัชนี อินสองใจ กล่าวถึงการประชุมดังกล่าวว่า

“...การประชุมแต่ละครั้งก็จะไปรับฟังปัญหาเรื่องราวของผู้สูงอายุในหมู่บ้าน รับฟังข้อเสนอแนะ เราจะได้นำมาพัฒนาปรับปรุงการดำเนินงานของชมรมให้ดีขึ้น...”

ขณะที่พงษ์ศักดิ์ อินตะสุข ประธานชมรมผู้สูงอายุ กล่าวว่า

“...ข้อเสนอจากแต่ละหมู่บ้านอยากให้เข้าไปบ่อย ๆ บางคนบอกว่าเหงาอยากให้มีมาบ่อย ๆ จะได้พบปะเพื่อนฝูง สุขใจ มีสุขภาพจิตดีขึ้น ได้แสดงออก...”

วันเพ็ญ วิสุทธิจินดา และพัชนี อินสองใจ ผลัดเล่าบรรยายภาคในการประชุมว่า

“...ผู้สูงอายุที่มาประชุม เขาก็จะได้แสดงออก ได้พูดคุยแลกเปลี่ยนกัน บางคนมีกลอนเกี่ยวกับสุขภาพหรือว่าคำคมดี ๆ ก็มาอ่านให้กันฟัง บางคนชอบบางคนจ้อย บางคนมีเพลงเก๋าก็มาร้องให้กันฟัง บางครั้งมีหลายคนต้องให้เข้าคิว ผู้สูงอายุก็จะสนุกสนานกันเต็มที่...”

“...บางที่ร้องเพลงจับกันเหมือนสมัยก่อนเขาก็จะร้องพื้นเรื่องเก่าๆเอามาพูดกัน...”

ผลที่ได้รับจากการดำเนินงาน

การเยียวยา/ลดความเสี่ยงต่อการเจ็บป่วยของผู้สูงอายุ

จากการดำเนินกิจกรรม “อาสาสมัครเพื่อนช่วยเพื่อนผู้สูงอายุ” กว่า ๒๐๐ ครั้ง ในรอบปีเศษ กล่าวได้ว่าเป็นกิจกรรมที่ส่งผลต่อการรักษาและเยียวยาผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยซึ่งนอนรักษาตัวอยู่ที่บ้านได้ไม่น้อย แม้กิจกรรมดังกล่าวจะได้มีบทบาทในการเข้าไปรักษาเยียวยาอาการเจ็บป่วยโดยตรง แต่การไปเยือนของบรรดาอาสาสมัครฯ ซึ่งไปพร้อมกับเจ้าหน้าที่จากสถานีอนามัย รวมทั้งบรรดา อสม. ในหมู่บ้านก็ส่งผลในทางจิตใจ ผู้สูงอายุที่ได้รับการเยี่ยมเยียนมีกำลังใจดีขึ้น อาสาสมัครฯ หลายคนกล่าวตรงกันว่า การกระทำดังกล่าวช่วยทำให้การรักษาอาการเจ็บป่วยได้ผลดีมากขึ้น ดังที่ ผู้สูงอายุซึ่งเป็นอาสาสมัครฯ รายหนึ่งเล่าให้ฟังว่า

“...จริง ๆ แล้วด้านจิตใจสำคัญมาก เราไปดูแลเขา ดูแลแทนลูกหลานเขา ไปรับทราบปัญหาของเขา เขาก็จะดีใจ บางทีก็ช่วยแก้ปัญหาบางอย่างให้ บางส่วนก็แนะนำให้ลูกหลานเขาช่วยทำในสิ่งที่ถูกต้อง บางทีลูกหลานไม่เข้าใจก็ต้องอธิบายให้เขารู้ พ่อแม่เป็นอย่างนี้นะต้องดูแลเขายังไง...”

ในบางรายการเยี่ยมบ้านยังได้ส่งผลต่อการรักษาอย่างทันท่วงที ดังกรณีที่ พชณีย์ อินสองใจ ได้ลงไปเยี่ยมผู้สูงอายุซึ่งนอนป่วยอยู่ที่บ้านรายหนึ่ง ซึ่งหากไม่ได้ไปผู้สูงอายุนั้นอาการอาจเป็นหนักเกินคาดได้ การลงไปเยี่ยมเธอได้วัดความดันซึ่งพบว่าอยู่ในภาวะวิกฤติจึงได้ประสานงานให้รถโรงพยาบาลมารับไปทำการรักษา ซึ่งโรงพยาบาลก็มารับไปรักษาอย่างทันท่วงที

สำหรับผู้สูงอายุบางรายที่เจ็บป่วยไม่มาก ซึ่งโดยมาเป็นผลมาจากการซึมเศร้า การอยู่แต่บ้านเรือนไม่ออกไปไหน ไม่ออกกำลังกาย เมื่อบรรดาอาสาสมัครฯ ไปเยี่ยมก็ให้คำแนะนำและชักชวนให้ไปร่วมทำกิจกรรมกับชมรม โดยเฉพาะการออกกำลังกาย ผู้สูงอายุจำนวนมากทำตามคำแนะนำ หลายคนกลับมามีสุขภาพที่แข็งแรงขึ้น จิตใจแจ่มใสขึ้น

วันเพ็ญ วิสุทธิจินดา เล่าถึงผลที่ได้รับจากกิจกรรมนี้ว่า

“...คือในเบื้องต้นก็คือครอบครัวคนที่ได้รับการเยี่ยมเขาก็พึงพอใจ คือผู้สูงอายุที่ไปเยี่ยมมีพัฒนาการที่ดีขึ้น จากคนที่เจ็บเหงา หงอยเหงาไม่สนใจอะไร ก็มีชีวิตชีวากขึ้น คนที่ไม่เคยออกกำลังกาย เคลื่อนไหวอะไรก็มาหัดทำ แล้วบางคนก็ไม่เคยเข้าไปร่วมไปทำอะไรก็ไปเข้ากลุ่มมากขึ้น...”

นอกจากนั้น ในการเยี่ยมเยียนผู้ป่วยผู้สูงอายุตามบ้านนี้ ผู้สูงอายุหลายรายอยู่ในบ้านเรือนที่ไม่เหมาะสม ไม่ปลอดภัยในการดำรงชีวิตประจำวัน อาสาสมัครฯ ซึ่งผ่านการอบรมมา ก็จะช่วยให้คำแนะนำให้ปรับปรุงบ้านเรือน เพื่อความปลอดภัย วันเพ็ญ วิสุทธิจินดา เล่าว่า

“...ก็ในเรื่องของการอย่างผู้สูงอายุบางกลุ่มที่เขาเข้าไปเยี่ยมแล้วก็ยังส่วนมากจะเป็นเรื่องของสภาพแวดล้อมที่มันยังไม่ถูกไม่พร้อม เช่น ส้วมยังเป็นแบบนั่งยอง ๆ ในห้องน้ำไม่มีที่จับ มันเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ เहांที่ไปพบมามีเยอะมาก...”

...อย่างเรื่องห้องน้ำ ก็คือเขาเคยของเขาอยู่อย่างนั้น มันเป็นความเคยชิน แต่เขาก็ไม่รู้นั้นมันคือสาเหตุที่ทำให้เขาปวดข้อ ปวดเข่า...

...บางทีหกล้มเล็ก ๆ น้อย ๆ เราก็ไม่ได้นึกถึงว่าบางทีพื้นมันเป็นยังไง พอเราพาไปดูตรงจุดนั้น เขาก็ได้เรียนรู้ แล้วบอกว่าผู้สูงอายุเสี่ยงที่จะบาดเจ็บตรงไหนบ้าง บ้านเรือนมีลักษณะยังไง เขาก็ได้รับรู้ได้ มองกลับชุมชนของตัวเอง...

...เราก็ไปแนะนำเขา บอกลูกหลานเขาว่าต้องเปลี่ยน ห้องน้ำต้องทำให้ปลอดภัย ลูกหลานผู้สูงอายุหลายบ้านก็เปลี่ยนให้ ปรับปรุงให้ บางรายที่ยากลำบากจริง ๆ เราก็พยายามประสานหน่วยงานให้เข้ามาช่วยเหลือ...”

การสร้างเสริมสุขภาพะบองผู้สูงอายุ

จากการคลุกคลีและใกล้ชิดกับผู้สูงอายุของวันเพ็ญ วิสุทธิจินดา ซึ่งเธอเริ่มเห็นสัญญาณบ่งชี้บางประการถึงปัญหาผู้สูงอายุที่นับวันจะรุนแรงขึ้น ทั้งนี้ได้ให้เหตุผลว่า การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ชีวิต การรับประทานอาหารที่เปลี่ยนแปลงไปจากอดีต รวมทั้งความเครียด เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้

ผู้สูงอายุเจ็บป่วยมากขึ้น และเป็นสาเหตุที่ทำให้เธอหันมาใส่ใจดำเนินงานผู้สูงอายุอย่างเอาใจจริงเอาจัง โดยมีจุดเน้นในการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ซึ่งถือเป็นวัตถุประสงค์หลักของโครงการ

โครงการฯ ได้ดำเนินกิจกรรมหลายอย่างเพื่อหวังผลในด้านการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ ไม่ว่าจะเป็นการส่งเสริมการออกกำลังกายในรูปแบบต่าง ๆ การจัดกิจกรรมเชื่อมโยงระหว่างผู้สูงอายุกับเด็ก และเยาวชน ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ต่อเนื่องมาจากการดำเนินงานในระยะที่ผ่านมา การจัดกิจกรรมให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสมาพบปะแลกเปลี่ยนพูดคุยกันในกลุ่มผู้สูงอายุด้วยกันเอง (ประชุมสังฆจร) การจัดกิจกรรมในลักษณะจิตอาสา (เพื่อนช่วยเพื่อน) ฯลฯ บรรดากิจกรรมเหล่านี้ล้วนส่งผลในการสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุในพื้นที่

ผลงานในการสร้างเสริมสุขภาพทางกายที่เห็นได้ชัดคือ การส่งเสริมการออกกำลังกาย ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ดำเนินการมาอย่างต่อเนื่องนั้น เจ้าหน้าที่สถานีอนามัยเพื่อนร่วมงานวันเพ็ญ วิสุทธิจินดา ท่านหนึ่งกล่าวว่า

“...ภูมิใจมาก เมื่อก่อนผู้สูงอายุนี้ต้องเที่ยวขึ้นสถานีอนามัยบ่อย ๆ ส่วนใหญ่จะมาขอยาแก้ปวด ระยะเวลาหลัง ๆ มีน้อยลง...”

ในขณะที่ วันเพ็ญ วิสุทธิจินดา เองก็ยกตัวอย่างผู้สูงอายุรายหนึ่งที่สุขภาพดีขึ้นจากการออกกำลังกายว่า

“...อย่างยายชิ้น เป็นสมาชิกชมรมผู้สูงอายุ อยู่หมู่ ๓ เมื่อก่อนกระเสาะกระแสะ ไม่ค่อยแข็งแรง พอมารวมกลุ่มออกกำลังกายสักพักหนึ่ง แยกดีขึ้น สดชื่น มารับยาที่สถานีอนามัยน้อยลง...”

นอกจากผลในการสร้างเสริมสุขภาพทางกายแล้ว ในหลายกิจกรรมของโครงการก็ช่วยให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพจิตที่ดีด้วย เช่นการจัดกิจกรรมประชุมสังฆจร ทำให้ผู้สูงอายุจากต่างหมู่บ้านมีโอกาสได้พบปะกัน บางคนไม่ได้เจอกันมานาน บางคนเพิ่งจะพบเจอกัน วันเพ็ญ วิสุทธิจินดา เล่าบรรยากาศความสุขใจใฝ่ในการประชุมสังฆจรที่หมุนเวียนไปตามหมู่บ้านว่า

“...ผู้สูงอายุเจอกันก็ดีใจ ได้พูดคุยเล่าความหลังกัน หัวเราะชอบใจกัน สนุกสนาน ร่าเริง...”

กลไก (ผู้สูงอายุ) การทำงานด้านสุขภาพของชุมชน

การขับเคลื่อนงานผู้สูงอายุในพื้นที่ตำบลถ้ำทองดำเนินการมาเป็นระยะ ซึ่งได้เพิ่มความเข้มแข็งให้กับชมรมผู้สูงอายุตำบลถ้ำทองมาเป็นลำดับกระทั่งปัจจุบัน ทั้งนี้จากการดำเนินงานตามโครงการแอ่วหาเสี้ยวผู้สูงอายุตำบลถ้ำทอง นั้นส่งผลให้กลไกนี้เข้มแข็งยิ่งขึ้น

กิจกรรมหนึ่งของโครงการคือ “อาสาสมัครเพื่อนช่วยเพื่อนผู้สูงอายุ” ซึ่งได้ทำการอบรมให้แกนนำผู้สูงอายุจาก ๘ หมู่บ้าน ๆ ละ ๕ คน ในตำบลถ้ำทอง มีความรู้ความเข้าใจในการดูแลเบื้องต้นผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยและนอนรักษาตัวอยู่ที่บ้าน อันได้แก่ ความรู้พื้นฐานเกี่ยวกับการดูแลผู้สูงอายุ การปฐมพยาบาล การวัดไข้ วัดความดัน การดูแลบาดแผล การฟื้นฟูสภาพ ฯลฯ

ซึ่งผู้ผ่านการอบรมเหล่านี้ล้วนมีบทบาทใฝ่ในการเยี่ยมบ้าน ซึ่งส่งผลต่อการเยียวยาผู้สูงอายุที่เจ็บป่วย ในบางกรณียังสามารถช่วยเหลือผู้สูงอายุให้รอดพ้นจากวิกฤติได้ ดังเช่น กรณี พันธ์นิย อิน

สองใจ ที่ได้ลงไปเยี่ยมผู้สูงอายุซึ่งพบว่าอยู่ในภาวะวิกฤติ แล้วประสานงานให้รถพยาบาลมารับไปทำการรักษา อย่างทันท่วงที เป็นต้น

นอกจากนั้นจากการทำกิจกรรมมาอย่างต่อเนื่อง ซึ่งทำให้ชมรมผู้สูงอายุเข้มแข็งมากขึ้น สามารถดำเนินกิจกรรมได้ด้วยตนเอง ดังเช่น การจัดกิจกรรมประชุมสังสรรค์ของชมรม ซึ่งสมาชิกผู้สูงอายุในแต่ละหมู่บ้านซึ่งจะเป็นเจ้าภาพจัดประชุม สามารถเตรียมการต้อนรับและจัดประชุมสังสรรค์ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังจะดูได้จากประสบการณ์การจัดประชุมผ่านไปแล้วว่า ๑๐ ครั้งในรอบปีเศษ

วันเพ็ญ วิสุทธิจินดา กล่าวว่า แม้ว่าเธอจะมีได้อยู่ในพื้นที่นี้ต่อไป กลไกผู้สูงอายุก็จะดำเนินงานต่อไปได้ เนื่องจากมีความเข้มแข็งในระดับหนึ่ง

“...เดี๋ยวนี้สบายแล้ว ไม่มีเจ้าหน้าที่จากสถานีอนามัย พวกเขา (ชมรมผู้สูงอายุ) ก็ทำกันเองได้ ไม่มีเราเขาก็พึ่งตัวเองได้...”

...ก็คือผู้สูงอายุดูแลตัวเองได้แล้ว มีการทำกิจกรรมกลุ่มที่พัฒนาไปทุกเรื่อง ไม่ว่าจะเป็นเรื่องสิ่งแวดล้อม ด้านสุขภาพจิต ด้านสุขภาพกาย...”

...สำหรับเรื่องปัญหาเรื่องสุขภาพ ถามว่าเขามีปัญหาสุขภาพเยอะไหม ก็ไม่นะ แต่เราอยากให้เรามีการดูแลป้องกันที่ดีที่ครอบคลุมขึ้น อย่างเช่น การป้องกันเรื่องพฤติกรรม เรื่องการกิน...”

สัญญาณความอ่อนแอเบื้องต้นยังยับ

ปฏิบัติการสร้างเสริมสุขภาพอ่อนแอเนื่องจากโครงการ

การดำเนินงานผู้สูงอายุในพื้นที่ตำบลถ้ำทอง มิได้เริ่มต้นจากโครงการฯ นี้ แต่ได้เริ่มดำเนินงานมาแล้วหลายปีอย่างต่อเนื่อง ซึ่งกิจกรรมที่ได้ดำเนินการในโครงการฯ ก่อนหน้านั้น ก็ยังดำเนินการต่อเนื่องมาจนถึงปัจจุบันหลายประการ เช่น การรวมกลุ่มออกกำลังกาย ซึ่ง ได้ประยุกต์ทำออกกำลังกายจากการฟ้อนรำตามแบบพื้นบ้านโดยใช้ดนตรีพื้นบ้านที่ผู้สูงอายุในพื้นที่ที่เป็นนักดนตรีพื้นบ้านเป็นผู้รังสรรค์ขึ้นเป็นเพลงประกอบการออกกำลังกาย ซึ่งเป็นกิจกรรมที่สำคัญที่ทำให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพที่แข็งแรงขึ้น ฟังพาการรักษาน้อยลง

ในโครงการนี้มีกิจกรรมอย่างน้อย ๒ กิจกรรมที่ได้ดำเนินการต่อเนื่องหลังจากสิ้นสุดโครงการแล้ว คือ กิจกรรมเยี่ยมบ้านของ “อาสาสมัครเพื่อนช่วยเพื่อนผู้สูงอายุ” และ การประชุมสังสรรค์หมุนเวียนไปตามหมู่บ้านของชมรมผู้สูงอายุตำบลถ้ำทอง

กิจกรรมเยี่ยมบ้าน ซึ่งส่งผลต่อการดูแลการเจ็บป่วยผู้สูงอายุในหมู่บ้านค่อนข้างดีและได้ผล ได้ดำเนินการต่อเนื่องเป็นปีที่สอง หลังสิ้นสุดโครงการฯ ที่ได้รับการสนับสนุนทุน ดังที่ พชนิษฐ์ อินสองใจ กล่าวว่า ในปีที่ผ่านมากิจกรรมเยี่ยมผู้ป่วยผู้สูงอายุที่บ้านได้ดำเนินการไปทั้งสิ้น ๑๘๖ ครั้ง และสำหรับปีนี้ (๒๕๕๓) ดำเนินการไปแล้ว ๔๒ ครั้ง

“...มันไม่ได้แต่เรื่องสุขภาพอย่างเดียว แต่มันเป็นเรื่องของการมาพบปะกัน แลกเปลี่ยนกัน มีเรื่องราวก็นำมาบอกกล่าวเล่าสู่กันฟัง...”

สำหรับกิจกรรมประชุมสัญจร ก็เช่นเดียวกัน การดำเนินงานจะหมุนเวียนไปจัดประชุมในทุกหมู่บ้านทั้ง ๘ แห่ง ซึ่งการดำเนินงานไปครบทั้ง ๘ แห่ง ในปีที่ผ่านมา และได้ดำเนินการต่อเนื่องหลังจากสิ้นสุดโครงการ โดยได้หมุนเวียนไปประชุมแล้ว ๓ หมู่บ้าน และจะจัดหมุนเวียนเช่นนี้เรื่อยไป

นอกจากกิจกรรมทั้งสองซึ่งดำเนินการสืบเนื่องมาจากโครงการ ที่ได้รับทุนแล้ว จากการพบปะพูดคุยกันของสมาชิกชมรม ทำให้มีการคิดค้นกิจกรรมต่าง ๆ เพิ่มขึ้น เช่น

- การจัดทำศูนย์การเรียนรู้ภูมิปัญญาพื้นบ้าน ซึ่งใช้เป็นสถานเรียนรู้ภูมิปัญญาของคนรุ่นหลัง ขณะเดียวกันก็เป็นแหล่งพบปะพูดคุย และทำกิจกรรมร่วมกันของผู้สูงอายุในพื้นที่ ซึ่ง วันเพ็ญ วิสุทธิจินดา เล่าที่มาที่ไปของกิจกรรมนี้ว่า

“...บ้านหลังนี้ที่แรกจะทำเป็นโรงเก็บขยะ โดยทำเป็นเพิงเล็ก ๆ ที่เรียกว่า “ตูปมะเก่า” พอเอาเข้าที่ประชุม ผู้สูงอายุบอกทำไมไม่ทำเป็นหลังใหญ่ ๆ เป็นบ้านไว้ให้เด็ก ๆ ได้ศึกษา โดยที่ผู้สูงอายุจะให้ความรู้หมดเลย อย่างฝาเขาก็บอกว่าจะมีฝาหลาย ๆ ลาย ตรงนี้ก็เรียกอย่างนี้นะ ก็คือจะเป็นความคิดของผู้สูงอายุ จากนั้นชาวบ้านก็มาช่วยกันทำ ผู้สูงอายุก็คอยกำกับ คอยดูแลการสร้างให้เป็นไปตามแบบดั้งเดิม บ้านหลังนี้ช่วยกันทำไม่มีงบประมาณแต่ใช้การออมแรงออมเงิน...”

- การเข้าไปมีส่วนร่วมในสถานีวิทยุชุมชน วันเพ็ญ วิสุทธิจินดา เล่าว่า

“...ก็คือการพัฒนาผู้สูงอายุเป็นผู้สื่อสารเป็นนักเป็นผู้สื่อข่าวที่จะสื่อสารเรื่องราวดี ๆ ของผู้สูงอายุคือเป็นดีเจผู้สูงอายุที่จะเอาเรื่องราวดี ๆ ของผู้สูงอายุมีคุย...

...โดยใช้ช่องทางวิทยุชุมชนที่มีอยู่ คือ วิทยุขยายความดีเยาวชนตำบลเดิมตองแล้วก็สนับสนุนจากมูลนิธิสาธารณสุขแห่งชาติที่เขาก่อตั้งมา...

...ผู้สูงอายุอย่างบ้าอิติก็ไปพูดคุยเป็นครั้งๆอยากจะทำให้หลายๆคนมีโอกาสอย่างนั้นบ้างเพราะหลาย ๆ คนมีประสบการณ์มันไม่เหมือนกัน...”

การเชื่อมโยงกับ อบต. ไปงานสร้างเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ

การดำเนินงานของโครงการ ซึ่งส่งผลต่อความเปลี่ยนแปลงหลายประการในพื้นที่ ผลงานจากกิจกรรมเหล่านั้นกลายเป็นกระบอกเสียงคุณภาพสะท้อนไปถึงผู้บริหาร อบต. จนต้องเข้ามามีส่วนร่วมในการสนับสนุนกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุ

กิจกรรมแรก ๆ ที่ทาง อบต. สนับสนุนให้แก่ชมรมผู้สูงอายุ คือ การสนับสนุนอุปกรณ์ออกกำลังกาย กำลังกาย เช่น การจัดทำสนามเปตอง ฯลฯ

ในกิจกรรมเยี่ยมบ้านของ “อาสาสมัครเพื่อนช่วยเพื่อนผู้สูงอายุ” ซึ่งลูกหลานผู้ปวยผู้สูงอายุเห็นคุณค่าของกิจกรรมนี้ ต่างก็ช่วยเป็นปากเสียงให้กับ อบต. สมาชิกชมรมท่านหนึ่งกล่าวว่า

“...พวกลูกหลานผู้สูงอายุที่เราไปเยี่ยม เขาจะดีใจ เขาจะช่วยไปเสนอความเห็นในเวลามีประชุมหมู่บ้าน ประชุม อบต. เขาก็บอกว่าจะสนับสนุนกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุ เขาจะช่วยเป็นปากเป็นเสียงให้ เพราะว่าภาพที่เราทำมันส่งผลจริง เห็นได้ชัดเจนจริงๆ ลูกหลานเขาฟังพอใจ...”

ไม่ทันที่โครงการฯ จะสิ้นสุดลง ทาง อบต. ก็เห็นความสำคัญ สนับสนุนงบประมาณจำนวนหนึ่งมาเป็นค่าใช้จ่ายในการจัดซื้อของไปเยี่ยมบ้านผู้ป่วย รวมทั้งการสนับสนุนทุนประกอบอาชีพสำหรับผู้สูงอายุในแต่ละหมู่บ้าน วันเพ็ญ วิสุทธิจินดา เล่าว่า

“...กลุ่มผู้สูงอายุจะได้รับงบประมาณสนับสนุนให้ทำยาหม่องจาก อบต. เราก็จะทำยาหม่องแล้วเอายาหม่องไปเยี่ยมบ้าน ไม่ต้องซื้อ ใช้วัสดุภายในหมู่บ้านไม่ต้องซื้อหา เช่น ขมิ้น ไพร ทุเรียน กล้วย ฝรั่ง จากผู้สูงอายุเอามาทำ...”

นอกจากนั้นก็มีโครงการฯ จากชมรมผู้สูงอายุที่เสนอเข้าแผน อบต. ไว้หลายประการ เช่น

- การให้ความช่วยเหลือปรับปรุงบ้านเรือนสำหรับผู้สูงอายุที่อยู่ในภาวะยากลำบาก ซึ่งเกิดจากการเข้าไปเยี่ยมเยียนของอาสาสมัครฯ แล้วพบว่าสภาพบ้านเรือนไม่ปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ มีความจำเป็นต้องปรับปรุง แต่การดำเนินการก็อยู่เกินความสามารถของผู้สูงอายุและลูกหลานนั้น
- การสืบทอดภูมิปัญญาของผู้สูงอายุ ซึ่งจากการพบปะพูดคุยในกลุ่มผู้สูงอายุพบว่า คนรุ่นใหม่ไม่สามารถเป็นผู้นำทางพิธีกรรมได้ จึงเห็นพ้องต้องกันว่าควรจะมีการอบรมทายาทวัฒนธรรม วันเพ็ญ วิสุทธิจินดา เล่าว่า

“...เพราะมันจะหายไปแล้วหมดคนรุ่นนี้เด็กรุ่นใหม่จะไม่มีใครสืบทอดก่อนที่จะเข้าสู่พิธีสงฆ์มันจะต้องกล่าวคำอะไรก่อน เขาก็เลยคิดทำโครงการขึ้นมา แล้วไปขอให้ อบต. เข้าแผนฯ ไว้...”

ปัจจัยที่ส่งผลต่อการดำเนินงาน

ลักษณะของพื้นที่

ตำบลถ้ำทอง เป็นตำบลเล็กที่อยู่ไม่ไกลจากตัวเมืองมากนัก พื้นที่นี้ชุมชนมีความเข้มแข็งซึ่งเป็นที่รับรู้โดยทั่วไป ในพื้นที่มี “สภาประชาชน” ที่หลอมรวมเอากลุ่มองค์กรชุมชนต่าง ๆ เข้ามา ความร่วมมือร่วมใจในพื้นที่สำหรับการทำกิจเพื่อส่วนร่วมจึงมีสูง

แกนนำโครงการ

ปัจจัยสำคัญประการหนึ่งซึ่งผลทำให้โครงการประสบความสำเร็จ คือ แกนนำโครงการ นั่นก็คือ วันเพ็ญ วิสุทธิจินดา เจ้าหน้าที่จากสถานีอนามัยตำบลถ้ำทอง ผู้เริ่มต้นรับราชการ ณ สถานีอนามัยแห่งนี้ ตลอดระยะเวลาที่สืบทอดในการปฏิบัติงานของเธอ ที่ทำอย่างตั้งมั่น มุ่งเท ทำให้ได้รับการยอมรับจากชาวบ้านในพื้นที่เป็นอย่างสูงไม่เฉพาะสมาชิกชมรมผู้สูงอายุเท่านั้น

วันเพ็ญ วิสุทธิจินดา ถือเป็นตัวแทนของสถานีอนามัย ที่ชาวบ้านทุกกลุ่มเต็มอกเต็มใจที่จะเข้าไปร่วมงานอย่างไม่มีข้อกังขาและไม่ติดขัด

“...ทุกคนสามารถเข้ามาติดต่อประสานงานได้ที่สถานีอนามัย ที่นี่เป็นจุดแกนกลางที่ใครมีปัญหาก็สามารถเข้ามาตรงนี้ เข้ามาแล้วเราได้รับคำแนะนำที่ดี ได้รับความช่วยเหลือที่ดี อย่างที่วันเพ็ญผู้สูงอายุสามารถเข้ามาปรึกษาหารือได้ตลอดเวลา...”

การดำเนินงานโครงการต่าง ๆ ของชมรมผู้สูงอายุตั้งแต่โครงการแรก เป็นการประสานงานโดย วันเพ็ญ วิสุทธิจินดา ทั้งสิ้น ผลลัพธ์ที่เปิดเผยมีใช้เพียงเพราะเธอเป็นจุดเริ่มต้นเท่านั้น แต่ยังคงถึงการร่วมหัวจมท้ายอย่างเสมอปลายด้วย ยอมเหน็ดเหนื่อยเพื่อประโยชน์ของชาวบ้าน

“...คือเราไม่ต้องทำแต่หน้าที่ของเราเท่านั้น เราต้องเข้าไปทำหน้าที่อื่นๆ ที่มันเป็นความต้องการของเขาซึ่งที่มันเป็นความต้องการที่แท้จริง บางครั้งเราอาจจะเหนื่อยหน่อยในช่วงแรก ๆ

...อย่างในเรื่องของอย่างผู้สูงอายุเนี่ย ถ้าตามเกณฑ์เราต้องตรวจสอบสุขภาพให้เขา ให้ความรู้เขาเท่านั้น ก็ไม่อาจทำให้เขาเข้มแข็งขึ้นได้ แต่ถ้าไปทำอย่างนี้เราได้หลายอย่าง เช่น การถ่ายทอดความรู้สู่เยาวชน เรื่องของการพัฒนาของชุมชน ซึ่งมันจะเป็นการแก้ไขปัญหาที่ดีกว่าการที่เรามาอยู่สถานบริการ แล้วก็ทำตามหน้าที่ไปวัน ๆ...”

วันเพ็ญ วิสุทธิจินดา พยายามอย่างเต็มที่ ทั้งการระดมทุนเข้ามาทำงานในพื้นที่ภายใต้ศักยภาพด้านทรัพยากรของพื้นที่มีอย่างจำกัด รวมไปถึงการแสวงหาความรู้เพิ่มเติมเพื่อมาสนับสนุนการทำงานของเธอให้มีประสิทธิภาพ ซึ่งนั่นหมายถึงประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นกับชาวบ้านในเขตบริการ โดยมีได้สนใจจำกัดอยู่เพียงภาระงานด้านสุขภาพเท่านั้น

“...มันเป็นอันเดียวกันค่ะเขาฟังเราเราก็ฟังเขามันเป็นงานพัฒนาไม่ได้ว่าเราอยู่สาธารณสุขอย่างเดียวทุกอย่างผลกระทบมันก็จะได้เรื่องของสุขภาพด้วย ทุกเรื่องมันเชื่อมโยงกันหมดไม่ใช่แค่เรื่องสุขภาพอย่างเดียว เราต้องทำไปพร้อม ๆ กัน...”

...เราจะเข้าไปร่วมทุกหน่วยงานที่เข้ามา ไม่ใช่แค่เกษตรเข้ามา พัฒนาชุมชนเข้ามา แล้วเราไม่สนเพราะไม่ใช่หน้าที่ของเรา แต่เราจะเข้าไปร่วม เข้าไปเชื่อม มันจะได้อะไรหลายอย่าง...

...โดยส่วนตัวจะชอบเรียนรู้เรื่องใหม่ ๆ อะไรที่คิดว่าดีก็จะพยายามเสาะหา มีอบรมที่ไหน บางทีก็เกี่ยวข้องกับเราโดยตรง แต่จะเป็นประโยชน์กับพื้นที่ก็จะขอเข้าไปร่วมในฐานะตัวแทนจากพื้นที่...”

การสนับสนุนจาก สสส.

ถึมตอง เป็นตำบลเล็ก อบต. ซึ่งเป็นหน่วยราชการส่วนท้องถิ่นก็เป็น อบต. ขนาดเล็ก มีงบประมาณเพียงเล็กน้อยในการพัฒนาพื้นที่ และสถานีอนามัยซึ่งรับผิดชอบงานด้านสุขภาพในพื้นที่ก็มีข้อจำกัดในด้านทรัพยากรที่จะมาขับเคลื่อนดำเนินงาน

การขับเคลื่อนงานเพื่อสร้างเสริมสุขภาพในพื้นที่ โดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุจึงจำเป็นต้องแสวงหาและระดมทุนจากภายนอกเข้ามาดำเนินการ ทุนสนับสนุนจาก สสส. เป็นทรัพยากรที่ใช้ดำเนินงานในพื้นที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ลดข้อจำกัดของสถานีอนามัยได้เป็นอันมาก

“...ในระบบราชการมันระเบียบเข้มงวด แต่โครงการนี้เราสามารถที่จะเอาเชื่อมโยงกับงานของสถานีอนามัยได้ บางทีงานบางอย่างถ้าเราจะไปขับเคลื่อนกับผู้สูงอายุโดยไฟซัลกลไกปกติของราชการก็ไม่สามารถดำเนินการอะไรได้มากนัก แต่การดำเนินงานภายใต้การสนับสนุนจาก สสส. เราสามารถปรับเข้ามาให้เอื้อกับงานของผู้สูงอายุได้เร็วกว่าและง่ายกว่า...”

...ในการทำงานเราสามารถปรับเปลี่ยนให้มันกลมกลืนเคลื่อนไปด้วยกันได้กับราชการ บางทีบจากรัฐบาลแทบจะไม่มีเลย บางทีมีแต่นโยบายลงมาแต่ไม่มีงบประมาณสนับสนุน ซึ่งในความเป็นจริงบาง

ที่ก็ต้องมีทุนที่ช่วยขับเคลื่อน เราโชคดีที่ได้รับทุนจาก สสส.มาขับเคลื่อน ในหลายพื้นที่ที่ไม่ขับเคลื่อนไม่ได้ ทำให้เราขับเคลื่อนได้ เหตุหนึ่งเพราะเรามีแหล่งทุนจากสสส. มันมีส่วนสนับสนุนให้งานในส่วน of ภาครัฐบาลขับเคลื่อนไปด้วยกันได้...”

ภาคต่อโครงการ

เพื่อนร่วมงานที่สถานีอนามัยถิมตองของ วันเพ็ญ วิสุทธิจินดา กล่าวถึงโครงการนี้ว่า

“...โดยปกติแล้ว ผู้สูงอายุก็รวมกลุ่มกันอยู่แล้ว เป็นการรวมกลุ่มกันตามวัฒนธรรม เช่น งานบวชผู้สูงอายุก็ต้องไป งานวัดต่าง ๆ ผู้สูงอายุก็ต้องไป พื้นที่เราเป็นวัฒนธรรมชนบท...”

จันทร์เที่ยง ไชยรงค์ สมาชิกกลุ่มผู้สูงอายุกล่าวถึงโครงการนี้ว่า

“...รู้สึกดีใจเหมือนตัวเองหนุ่มขึ้น ไร่แจ่มใสดี จิตใจดี สุขภาพดีขึ้น เมื่อก่อนจะเป็นคนไม่ค่อยออกกำลังกาย เดี่ยวนี้ชอบออกกำลังกาย...”

พัชนี อินสองใจ กล่าวถึงจันทร์เที่ยง ไชยรงค์ เมื่อได้เข้ามาร่วมกิจกรรมกับชมรมว่า

“...เมื่อก่อนสุขภาพเท้าแกไม่ค่อยดีถ้าแกไม่มาออกกำลังกายแกไปไหนไม่ได้เลยตอนนี้สบายมาก ไม่ต้องไปหาหมอที่อนามัยเลยละ เมื่อก่อนมาหาเขาทุกวัน มาขอยา...”

แกนนำชมรมที่มาร่วมพูดคุยกันในคราวหนึ่งต่างกล่าวเป็นเสียงเดียวกันว่า โครงการที่พวกเขาช่วยกันขับเคลื่อนมาตั้งแต่โครงการแรกจนถึงปัจจุบัน ภายใต้การนำของวันเพ็ญ วิสุทธิจินดา เจ้าหน้าที่จากสถานีอนามัย เป็นโครงการที่ดี นำสุขภาพที่ดีมาสู่กลุ่มผู้สูงอายุ รู้สึกดีใจที่มีโครงการดี ๆ แบบนี้มาดำเนินการในพื้นที่ตำบลถิมตอง

สำหรับทัศนะต่อวันเพ็ญ วิสุทธิจินดา ในฐานะผู้ประสานงานโครงการ ผู้สูงอายุต่างยกย่องชมเชยถึงความเสียสละ มุมเท เอาจริงเอาจังกับการทำงาน พงษ์ศักดิ์ อินตะสุข กล่าวถึงว่า

“...ผมกลัวอย่างเดียวกับเขาจะย้ายหนี...”