

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาว่ามีหลักสูตรระยะข้อโคของพระพุทธศาสนาที่มีผลต่อการลดความทุกข์ตามการรับรู้ของผู้ป่วยมะเร็งเม็ดโลหิตขาวที่ได้รับเคมีบำบัด 2) ศึกษาเทคนิคตามหลักสูตรของพระพุทธศาสนาในข้อที่สามารถนำมาประยุกต์ใช้เพื่อลดความทุกข์ให้กับผู้ป่วยมะเร็งเม็ดโลหิตขาวที่ได้รับเคมีบำบัด 3) หารูปแบบการประยุกต์ใช้หลักสูตรที่สอดคล้องกับหลักการพยาบาลและการปฏิบัติของผู้ป่วยมะเร็งเม็ดโลหิตขาวที่ได้รับเคมีบำบัด การวิจัยแบ่งออกเป็น 3 ระยะ ระยะแรกเป็นการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา ศึกษากลุ่มตัวอย่างจำนวน 10 รายเพื่อประเมินว่าผู้ป่วยมะเร็งเม็ดโลหิตขาวที่ได้รับเคมีบำบัดได้นำหลักสูตรข้อโคมาปฏิบัติเพื่อลดความทุกข์ โดยศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 10 คน ระยะที่ 2 คณะผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยและพยาบาลจำนวน 15 คน ได้เข้าฝึกเทคนิคตามหลักสูตรของพระพุทธศาสนาเป็นเวลา 3 วัน อันประกอบด้วย 1) การเจริญสติ โดยวิธีการทำสมาธิ เดินจงกรม และการกำหนดรู้อิริยาบถของกายและจิต 2) เทคนิคการผ่อนคลาย 3) การแผ่เมตตา 4) การปฏิบัติเมื่อผู้ป่วยอยู่ในระยะใกล้ตายและถึงแก่กรรม ระยะที่ 3 เป็นระยะที่นำหลักสูตรมาทดลองใช้กับผู้ป่วยมะเร็งเม็ดโลหิตขาวที่ได้รับเคมีบำบัด จำนวน 10 คน ระยะเวลาศึกษา 2 ปี การเก็บข้อมูลใช้วิธีการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก การสังเกตแบบมีส่วนร่วม การบันทึกเทป การบันทึกภาคสนามและการตรวจสอบข้อมูลด้วยวิธีการตรวจสอบสามเส้า การวิเคราะห์ข้อมูลใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้เทคนิคการจัดหมวดหมู่ข้อมูล การตีความ และการสร้างข้อสรุป ผลการศึกษาพบว่า ความทุกข์ของผู้ป่วยมะเร็งเม็ดโลหิตขาวที่ได้รับเคมีบำบัด มีทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และจิตวิญญาณ ส่วนหลักสูตรที่ผู้ป่วยปฏิบัติขณะมีความทุกข์ได้แก่ 1) การทำสมาธิ 2) การสวดมนต์ 3) การแผ่เมตตา 4) การปลงอนิจจัง(อะไรเกิดมันก็ต้องเกิด เกิด แก่ เจ็บ ตายเป็นธรรมดา) 5) การบริกรรม(ระลึกถึงผู้มีพระคุณ) 6) การทำบุญตัดบาตร 7) การปล่อยสัตว์ 8) การตั้งจิตอธิษฐานอาราธนา ขออำนาจสิ่งศักดิ์สิทธิ์ให้ช่วยมีชีวิตที่ดีทั้งชาตินี้และชีวิตหลังความตาย ผลการฝึกปฏิบัติของนักวิจัยและพยาบาลที่เป็นผู้ช่วยนักวิจัย สามารถกำหนดจิต ควบคุมร่างกายตนเองให้ผ่อนคลายแสดงออกด้วยท่าทางอ่อนโยนและน้ำเสียงนุ่มนวล มีความเมตตากรุณา พร้อมทั้งจะช่วยเหลือผู้ป่วย และพบว่ากลุ่มตัวอย่างทั้งหมดสามารถเผชิญกับ การให้เคมีบำบัดด้วยความสงบไม่ทุกข์ทรมาน กลุ่มตัวอย่างได้เรียนรู้เทคนิคการบรรเทาความทุกข์ หลักสูตรที่ได้ผลดีต่อผู้ป่วยได้แก่ การทำสมาธิ การกำหนดสติ การแผ่เมตตา และการภาวนา(อธิษฐาน) ทำให้กลุ่มตัวอย่างพึงพอใจในการดำเนินชีวิตของตน(มีชีวิตที่พอเพียง) มีความสงบในจิตใจ สามารถดูแลตนเอง ได้สร้างกุศล ทำสมาธิ สวดมนต์ ได้ขอมาเจ้ากรรมนายเวร เพื่อให้ตนเองสามารถดำรงชีวิตอยู่กับโรคมะเร็งเม็ดเลือดขาวได้อย่างสงบสุข ส่วนพยาบาลสามารถพัฒนารูปแบบ “สมาธิบำบัดทางการพยาบาล” จากหลักสูตรของพระพุทธศาสนาและพลังบำบัด

## TE 154030

This study aimed to develop nursing therapeutics from Buddhist teachings that would assist the leukemic patients to overcome adopted suffering during chemotherapy and to explore ways of living with leukemia peacefully. Action research was employed as a methodological framework by going through its spirals of planning, acting, observing, and reflecting. The study was divided into 3 phases. The first was phenomenological study of 10 patients to understand all aspects of the patients' suffering and to identify methods to alleviate it. The second phase consisted of training researchers and nurses how to assist patients to overcome their suffering. A 3 days retreat for 15 nurses and researchers was conducted to train mindfulness cultivation, meditation, relaxation, metta pharana (radiation of loving kindness, wishing self and others to be well and happy) and healing through balance. The last phase was the implementation phase which involved individual nurses and researchers applying techniques to assist 10 patients. Throughout the period of 2 years, data was collected through the methods of participant observation and interviews. Researchers recorded events on audio-tapes and field notes. The data then were analyzed through qualitative methods and critical reflection. The results revealed that the patients suffered severely from physical, psychological and spiritual problems. Methods of overcoming suffering, apart from standard medical treatments, were meditation, chanting, metta phrana, anicca(impermanent), recitation, offering food to monks, setting animal free, thinking of a new and better life after death and asking for help through magic power. Nurses and researchers, following training, were more open, calm, active, respectful and willing to help patients. As a result most patients were able to cope with chemotherapy in a more cheerful and calmer manner. They also gained techniques to reduce their suffering. The most effective techniques are meditation, mindfulness, metta phrana, and praying. Self-sufficient ways to living (Chevit-Por-Peang), calming the mind, taking extra self-care, making merit, meditation, chanting, asking forgiveness from things that they have done wrong(Karma) were identified as ways of living with leukemia peacefully. Nurses were able to develop "meditation as nursing therapeutics" based on Buddhist principles and energy therapy.