“ความสุขจะวัดได้ยังไง เขาบอกว่าวัดที่การมีเวลาว่างที่จะทำอะไรก็ได้ที่เราอยากทำ”

ศ.นพ.บุญส่ง องค์พิพัฒนกุล
อุปนายกสมาคมต่อมไร้ท่อแห่งประเทศไทย

แรงบันดาลใจในการเลือกเรียนแพทย์โดยเฉพาะสาขาต่อมไร้ท่อ

ผมจบมัธยมฯ ที่โรงเรียนอัสสัมชัญ ตอนจบคะแนนสอบผมดูแล้วถ้าสอบน่าจะได้ทั้งแพทย์และวิศวะ ความชอบของทั้ง 2 สาขาวิชาก็พอ ๆ กัน แต่พอมานั่งคิดให้ลึกลงไปอีก ถ้าเลือกเรียนวิศวะแล้ว โอกาสที่จะรู้ทางแพทย์มันน้อยหรือแทบจะเป็นไปไม่ได้เลย เพราะแพทย์ก็อาศัยดูแลคนไข้ ต้องฝึกปฏิบัติกับคนไข้จริง แต่ทางกลับกันมาเรียนทางแพทย์ โอกาสที่จะรู้ทางวิศวะด้วยการไปค้นคว้าหาความรู้เองมันจะมีโอกาสเป็นไปได้สูงกว่า สรุปผมเลือกเรียนแพทย์ เลือกแพทย์รามาฯ อันดับ 1

พอเรียนจบและ Intern ที่รามาฯ ตอนนั้นก็มีอาจารย์ภาควิชาอื่นชวนผมไปเรียน แต่สุดท้ายผมเลือกเรียนอายุรศาสตร์ด้วย 3 เหตุผลหลัก ๆ คือ 1. การได้เห็นอาจารย์ที่เป็น clinician สาขาอายุรศาสตร์เก่ง ๆ หลายท่าน ซึ่งเป็นแรงบันดาลใจให้ผมอยากเรียนรู้จากท่าน 2. ผมรู้สึกว่าวิชาอายุรศาสตร์มันเหมือนกับการเป็นนักสืบ การตั้งสมมติฐาน การสำรวจ การได้สัมผัสคนไข้ตั้งแต่ต้น ๆ ถ้าเราทำได้อย่างดีแล้วจะช่วยเหลือคนไข้ได้มาก สุดท้ายมันก็เป็นแฟชั่นในสมัยนั้นว่า คนเรียนดีก็เลือกเรียนอายุรศาสตร์ พอจบอายุรศาสตร์ ตอนนั้นมีความสุขมาก เพราะเราพอจะรู้หมด แทบทุกระบบ ช่วยคนไข้ได้เยอะ

Expert Focus เป็นคอลัมน์จากการสัมภาษณ์ทัศนคติ มุมมอง แบบแผนการดำเนินชีวิตของแพทย์ต้นแบบในสาขา โดยมุ่งหวังให้เนื้อหาที่ได้จากการสัมภาษณ์เป็นประโยชน์ไม่มากก็น้อยสำหรับแพทย์รุ่นใหม่ในการประกอบวิชาชีพ ทั้งนี้ แพทย์ท่านใดสนใจเสนอชื่อ สามารถติดต่อแจ้งชื่อได้ที่เจ้าหน้าที่กองบรรณาธิการ ตามรายละเอียดหน้าสารบัญ

มาแบบไหนก็รักษาได้ แต่ไป ๆ มา ๆ พอวิชามีความก้าวหน้ามากขึ้น ลงรายละเอียดในแต่ละเรื่องมากขึ้น การจะรู้ให้ถ่องแท้ทุกอย่างเป็นไปได้ค่อนข้างยาก จริง ๆ ตอนนั้นก็คิดอยู่หลายอย่าง แต่ส่วนตัวเป็นคนสนใจวิทยาศาสตร์พื้นฐาน และคิดว่าด้านต่อมไร้ท่อจะใช้ความเข้าใจทางด้านวิทยาศาสตร์พื้นฐานมากกว่าสาขาอื่น และโรคเกี่ยวกับต่อมไร้ท่อบางชนิดเป็นปัญหาใหญ่ อย่างโรคเบาหวาน ก็เลยเลือกเรียนทางต่อมไร้ท่อ

ความภูมิใจและความสำเร็จที่ผ่านมา

เรื่องแรก เป็นความภูมิใจที่ได้รับพระราชทานรางวัลนักวิทยาศาสตร์ดีเด่นแห่งชาติ ปี 2548 จากมูลนิธิส่งเสริมวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีในพระบรมราชูปถัมภ์ โดยได้รับรางวัลร่วมกับ ศ.นพ.รัชตะ รัชตะนาวิน ก็ได้ทำวิจัยร่วมกัน ถือเป็นความภาคภูมิใจ ไม่ใช่รางวัลที่เราสมัคร เป็นการเสนอชื่อโดยที่เราไม่รู้ตัว และเขาก็คัดเลือกกันมา

เรื่องที่สอง เป็นความภูมิใจส่วนตัว คือ ผมเป็นรุ่นแรกที่ไม่มีการสอบบอร์ดตอนจบมัธยมศึกษาตอนปลาย ทีนี้ด้วยแฟชั่นเด็กสมัยก่อน พอ ม.ศ. 4 ม.ศ. 5 ก็มักจะไปเรียนเตรียมอุดมฯ แต่ด้วยเลือดรักโรงเรียนค่อนข้างเยอะ โรงเรียนอัสสัมชัญบางรัก ก็ไม่ไป ไม่สอบเลย ก็อยู่โรงเรียนอัสสัมชัญบางรัก และตอนสอบเอนทรานซ์ เลือกรามาฯ อันดับแรก ไม่ได้คิดอะไรมาก กลัวว่าจะสอบไม่ติดด้วยซ้ำ ปรากฏก็สอบได้เป็นที่ 1 ของประเทศ ทั้ง ๆ ที่ไม่ได้เป็นเด็กเตรียมฯ เราอยู่โรงเรียนอัสสัมชัญ

เรื่องที่สาม เป็นความภูมิใจในครอบครัว พ่อแม่ ภรรยา และลูก ๆ สำหรับผมเอง ตอนเด็ก ๆ พ่อแม่ก็ให้การเลี้ยงดูเป็นอย่างดี สนับสนุนทุกอย่างทางด้านการศึกษา ภรรยาก็เข้าใจในงาน ลูกน่ารัก ก็ภูมิใจ

ปัจจัยที่เป็นที่มาสู่ความสำเร็จ อันนำมาสู่ความภูมิใจ

ข้อ 1. อาจารย์ผมให้โอกาส และท่านก็วางรากฐานไว้ให้แล้ว อย่างรางวัลนักวิทยาศาสตร์ดีเด่น ศ.นพ.รัชตะ รัชตะนาวิน ท่านบุกเบิกและวางรากฐานการศึกษาวิจัยด้านกระดูกพรุนไว้ก่อนที่ผมจะกลับมาทำงานที่รามาฯ ผมจำได้ว่า พอผมกลับมาทำงาน ศ.นพ.กอบชัย พัววิไล ท่านบอกว่างานวิจัยต้องมีนักวิทยาศาสตร์หรือนักเทคนิคการแพทย์คอยช่วย ทีนี้พออาจารย์ใหม่มา เนื่องจากนักวิทยาศาสตร์มีจำนวนจำกัด อาจารย์กอบชัยท่านบอกว่า บุญส่งคนที่ช่วยผม ให้ช่วยบุญส่งได้เต็มที่เลย คือ ถ้าเริ่มต้นจากศูนย์เลยผมก็ลำบาก แต่นี่อาจารย์แต่ละท่านได้วางรากฐานไว้

ข้อ 2. ความวิริยะอุตสาหะ ตั้งแต่เป็นเด็ก ๆ สมัยเป็นนักเรียนก็ท่องขึ้นใจไว้เสมอครับว่า “No bee, no honey; no hard work, no success” “ไม่มีผึ้ง ก็ไม่มีน้ำผึ้ง ไม่ทำงานหนัก ก็ไม่มีความสำเร็จ” ผมขอขยายความเพิ่มเติมนิดหนึ่งว่า งานนั้นต้องเป็นงานที่เราชอบด้วย อย่างผมตอนเริ่มชีวิตแพทย์ก็รับราชการที่รามาธิบดี แน่นอนเงินเดือนไม่ค่อยพออยู่แล้ว ผมทำเอกชนอยู่ 2 ปี แล้วก็คิดได้ว่านี่ไม่ใช่ชีวิตเรา เราอยากทุ่มเทกับสิ่งที่มีความหมายมากกว่านี้ ตั้งแต่นั้นจนปัจจุบันผมไม่ทำเอกชนเลย ผมใช้เวลาเกือบทั้งหมดไปกับการหาความรู้ สร้างองค์ความรู้ เพื่อที่ว่าสุดท้ายจะมีคนเอาไปใช้ต่อ เอาไปดูแลคนหมู่มาก ช่วยเหลือคนได้มากกว่า ผมคิดแบบนี้ ที่ผ่านมานอกจากตรวจคนไข้แล้ว ผมก็ทำงานวิจัยตลอด อย่างเมื่อเร็ว ๆ นี้ การขาดวิตามินดี เราเคยเข้าใจกันว่า พวกเราแสงแดดพอ เราไม่ขาดวิตามินดี แต่การศึกษาวิจัยในปัจจุบันเราได้ทราบว่าพวกเราขาดกันเยอะ ซึ่งก็ทำให้เกิดปัญหาตามมามากมาย ทั้งโรคกระดูกพรุน โรคเบาหวาน โรคเรื่องหลอดเลือดด้วย ซึ่งตอนนี้ก็ทำวิจัยอยู่ และการทำให้วิตามินดีพอทำง่ายนิดเดียว แต่เราไม่รู้ หรืออย่างฮอร์โมนเพศในผู้ชายก็มีฮอร์โมนเพศหญิงอยู่ด้วย ในผู้หญิงก็มีฮอร์โมนเพศชายอยู่ด้วย เคยมีการตั้งคำถามเพื่อหาสาเหตุว่าทำไมต้องเป็นแบบนั้นกันมา 10 กว่าปีแล้ว แล้วเราก็พบว่าผู้ชายที่ปกติกระดูกจะดีหรือไม่ดี ส่วนหนึ่งมาจากฮอร์โมนเพศหญิงที่เขามีอยู่ หรือเราโทษกันอยู่เรื่อย ๆ ว่าความอ้วนทำให้สิ่งต่าง ๆ เกิดขึ้น แต่มันจริง

หรือเปล่า เป็นความอ้วนอย่างเดียวหรือเปล่า เราพยายามทำกันมาตั้งนาน แต่ความอ้วนก็ไม่ลดลงเท่าไหร่ ในสังคมสมัยใหม่นอกจากความอ้วนจะเพิ่มขึ้น ยังมีสิ่งแวดล้อมอีกเยอะที่เป็นสาเหตุ อย่างวิตามินดีก็ได้ และอีกอันหนึ่งที่เมืองนอกสนใจมาระยะหนึ่ง แต่ข้อมูลยังมีจำกัดในระดับสากล คือ สารที่อยู่ในพลาสติกบางชนิด ที่ปัจจุบันเราใช้พลาสติกเยอะ และมีสารบางชนิดในพลาสติกทำให้ระบบฮอร์โมนบางอย่างผิดปกติ และอาจจะเป็นสาเหตุที่ทำให้อ้วนมากขึ้นเบาหวานมากขึ้น เราทำวิจัยชิ้นหนึ่ง โดยเชิญคนที่จะมีความเสี่ยงเป็นเบาหวานในอนาคต มาวัดระดับสารพลาสติกอันนี้ และอีก 3 ปีต่อมาก็เชิญเขามาวัดอีกทีว่าเขาเป็นเบาหวานด้วยหรือเปล่า ปรากฏว่าคนที่มีสารพลาสติกอันนี้ในเลือดเมื่อ 3 ปีที่แล้ว พบว่าเขาเปลี่ยนไปเป็นเบาหวานเยอะ และดูจะไม่สอดคล้องกับความอ้วนด้วยซ้ำ ถ้าตรงนี้เป็นจริงเราก็จะป้องกันเบาหวานได้ โดยไปจำกัดการสัมผัสพลาสติกอันนี้

กว่าจะถึงวันที่ประสบความสำเร็จ ผ่านอุปสรรคอะไรบ้างและเอาชนะได้อย่างไร

เรื่องแรกเลย คือ เรื่องคน ในชีวิตการทำงานปัญหาใหญ่ คือ ปัญหาเกี่ยวกับคน แต่โดยส่วนตัว ผมคิดว่าการที่พฤติกรรมของแต่ละคนไม่เหมือนกัน มันอธิบายได้อยู่แล้ว เพราะทุก ๆ คนมีที่มาที่ไปไม่เหมือนกัน มีการรับรู้และการตอบสนองที่แตกต่างกัน โดยทั่วไปถ้าเจอปัญหาเรื่องคน ผมจะไม่เอามาเป็นอารมณ์ แต่จะใช้วิธีพยายามเข้าใจพฤติกรรมของเขา บางคนอาจจะขี้เกียจ บางคนอาจจะมาช้า ทำไมเป็นอย่างนั้น ความคิดนี้อาจได้มาจากการที่ผมได้ดูแลคนไข้เยอะ แต่ละคนก็มีพื้นเพ การรับรู้ ความเข้าใจที่แตกต่างกัน

เรื่องที่สอง เรื่องงาน งานเยอะจนทำไม่ทันครับ โดยเฉพาะในโรงเรียนแพทย์ ต้องจัดลำดับความสำคัญ อะไรสำคัญมาก อะไรสำคัญน้อย และโดยทั่วไปถึงแม้เราจะทำงานหลายอย่าง ผมก็ต้องตั้งไว้เลยว่า วันนี้ต้องให้เสร็จอย่างน้อย 2 อย่าง ก็ต้องทำให้เสร็จตามนั้น

ถ้าย้อนเวลากลับไปแก้ไขได้ อยากกลับไปแก้ไขเรื่องใด

ไม่มีนะครับ ก็อาจจะให้ข้อคิดว่าอดีตเป็นบทเรียน เราต้องมองยาว ๆ นิดหนึ่งว่า สุดท้ายตอนอายุ 60 อยากเห็นตัวเองเป็นอย่างไร เพราะฉะนั้นเราต้องมองตั้งแต่ตอนนี้เลย แต่ก่อนผมชอบคิดว่า เกิดมาเพื่ออะไร มีหลากหลาย ก็มีคนหาคำตอบเยอะว่าเกิดมาเพื่ออะไร สุดท้ายก็ลงเอยว่าคนเราอยากใช้ชีวิตอย่างมีความสุข ไม่ว่าทางโลกหรือทางธรรม แล้วแต่ว่าคุณจะมีความสุขที่ตรงไหน ในทางโลก นักเศรษฐศาสตร์เคยพูดไว้ว่า “ความสุขจะวัดได้ยังไง” เขาบอกว่าวัดที่การมีเวลาว่างที่จะทำอะไรก็ได้

ที่เราอยากทำ ผมว่าจริงนะ คุณต้องคิดแล้วตั้งแต่ตอนนี้ว่าคุณจะมีเวลาว่างแล้วทำให้ตัวเองมีความสุขได้อย่างไร

บุคคลต้นแบบในการดำเนินชีวิต หรือการทำงาน

อันดับแรก คุณพ่อ ท่านเป็นต้นแบบในเรื่องของความเสียสละ ดูแลครอบครัว เป็นคนที่เสียสละเพื่อครอบครัวและญาติพี่น้องค่อนข้างเยอะ ตั้งแต่เด็ก ๆ พ่อก็บอกผมเสมอว่า “ทำอะไรต้องทำให้ดี อย่าไปหวังรวย แต่ต้องให้เลี้ยงตัวเองได้” คุณพ่อทำค้าขาย เป็นเจ้าของกิจการ จริง ๆ ฐานะทางบ้านก็โอเคครับ แต่ว่าตั้งแต่เด็ก ๆ ในขณะที่ได้ยินผู้ใหญ่บางคนสอนลูกหลานให้พยายามหาเงินเยอะ ๆ พ่อกลับบอกว่า “ชอบอะไรทำ ทำให้ดีและเลี้ยงตัวเองให้ดีก็พอ” พ่อบอกอย่างนี้ ไม่ต้องไปหวังรวยอะไรมากมาย ผมว่าความรวย ความอะไรต่าง ๆ เป็นผลพลอยได้ ถ้าหากเราทำแล้วมีความสุข คนอื่นได้ประโยชน์ สุดท้ายเงินทองเกียรติยศ เป็นผลพลอยได้กลับมาทีหลัง ท่านที่สองก็เป็นแม่ ในด้านความรักความเอาใจใส่ดูแลลูก

แต่ถ้าในด้านการงาน ผมคิดว่าเป็นท่านอาจารย์อรรถสิทธิ์ เวชชาชีวะ ท่านเป็นต้นแบบในด้าน clinician ที่ทั้งเก่งและดี ความเมตตากรุณาต่อลูกศิษย์อาจารย์มีให้เสมอ

ในด้านชีวิตครอบครัว อยากมีชีวิตแบบอาจารย์เทพ หิมะทองคำ ท่านเป็นคู่สามีภรรยาที่น่ารัก ไปไหนมาไหนด้วยกัน อาจารย์ท่านบอกว่ามีลูกควรจะเรียนปริญญาใบแรก สาขา Liberal Arts ท่านไม่ใช่เชี่ยวชาญแค่เรื่องแพทย์ เรื่องประวัติศาสตร์ เรื่องถ่ายรูปและอื่นๆ ท่านมีครบ CVM

เพื่อให้เนื้อหาวิชาการมีความหลากหลาย กองบรรณาธิการใคร่ขอเรียนเชิญแพทย์ผู้อ่านร่วมส่งบทความเชิงวิชาการในรูปบทคัดย่อ บทความทบทวน บทความพิเศษ ที่เป็นประโยชน์ต่อบุคลากรทางการแพทย์ในสาขา โดยพิมพ์ Angsana Size 16 ความยาวไม่เกิน 3 หน้า พร้อมภาพประกอบ ส่งถึงกองบรรณาธิการที่อยู่ตามหน้าสารบัญ ทีมงานจะนำส่งที่ปรึกษาเพื่อพิจารณาคัดเลือก บทความใดได้รับการพิจารณาตีพิมพ์ ทางทีมงานจะมีของรางวัลเพื่อเป็นการขอบคุณ