

# ถ่ายทอดกำลังใจ จากผู้(เคย)ป่วยมะเร็ง

คุณศิวาภัสร์ วลัยโรจนกุล อาชีพ ช่างภาพ อายุ (ปัจจุบัน) 41 ปี



สู่ทางเลือก...  
เพื่อการบำบัดที่แท้จริง  
การแพทย์ทางเลือก  
และการแพทย์บูรณาการ

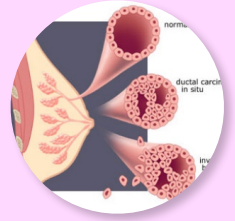
การรักษาด้วย วิทยายุทธบำบัด 'Yod-Ying Protocol' ภายใต้ศูนย์วิจัย BVRC

### การตัดสินใจ...ปฏิเสธการรักษาต่อด้วยกระแสหลัก-คีโมบำบัด

ได้เข้ารับคำปรึกษาจากแพทย์ผู้เชี่ยวชาญคีโมบำบัดถึงแนวทางการรักษามาแล้ว แต่บ่อยครั้งไม่ได้รับคำอธิบายหรือคำแนะนำที่ชัดเจนถึงข้อจำกัดและผลกระทบข้างเคียงจากการรักษา รวมถึงไม่มีคำแนะนำในการปฏิบัติตัวดูแลทำให้ร่างกายฟื้นฟูสภาพปกติแข็งแรง และเมื่อศึกษาถึงวิถีคีโมบำบัดจากหลากหลายแหล่งความรู้และประสบการณ์ที่ได้จากผู้ป่วยรายอื่นๆ รู้สึกว่าไม่ใช่ทางออกในการรักษาที่แท้จริง มีแต่เห็นผู้คนรอบข้างทนทุกข์ทรมานจากการรักษาด้วยคีโมบำบัดและสุดท้ายก็ไม่ค่อยหาย จึงตัดสินใจหาทางเลือกอื่น ๆ ที่น่าจะให้ผลดีและฟื้นฟูร่างกายให้ด้านทานโรคได้ดีกว่า

### สภาวะของร่างกายก่อนเริ่มรักษา

ปกติเป็นคนที่มีสุขภาพแข็งแรงดี ก่อนจะรู้ว่าเป็นมะเร็งก็ไม่มีสัญญาณอะไร พบโดยการคลำเจอก่อนเนือบริเวณเต้านมตอนอาบน้ำ โดยบังเอิญ ก่อนการผ่าตัดก็เชื่อว่าความพร้อมความฟิตของร่างกายจะช่วยให้ฟื้นตัวเร็วขึ้น จึงออกกำลังกายเพิ่มเติมจากเดิมที่อยู่ในช่วงลดน้ำหนักอยู่แล้ว ถึงกระนั้นตอนผ่าตัดต้องใช้เวลาอยู่โรงพยาบาลนานถึง 10 วัน และพักฟื้นต่ออีก 2-3 เดือน หลังการผ่าตัดมีภาวะหนาวสั่นง่ายกว่าปกติ และพอหลัง 3 เดือนเริ่มกลับมาออกกำลังกายอีกครั้ง มีเหนื่อยง่ายกว่าเดิม ไม่มีพลังกำลัง ตัวบวม น้ำ



เข้ารับการรักษาด้วยโรค/ภาวะ:

มะเร็งเต้านม ระยะ 3

ชนิด Invasive Ductal Carcinoma

เมื่อ:

ปลายปี 2560

### การรักษาเดิม:

หลังจากได้รับการวินิจฉัยว่าเป็น มะเร็งเต้านม โดยเบื้องต้นเข้ารับคำแนะนำถึงแนวทางการรักษาจากโรงพยาบาลที่มีประกันสังคมแห่งหนึ่ง แต่เนื่องจากได้รับข้อมูลจากแพทย์ผู้ให้คำปรึกษา ถึงวิธีการ เหตุและผล รวมถึงคำอธิบายที่ไม่ชัดเจนมากนัก จึงเลือกเข้ารับการรักษาอีกโรงพยาบาลหนึ่งแทน

โดยตัดสินใจเข้ารับการรักษาผ่าตัด เต้านม ออกทั้ง 2 ข้าง และต่อมน้ำเหลืองบริเวณใกล้เคียง ที่โรงพยาบาล สถาบันโรคไตภูมิ นครินทร์ การผ่าตัดผ่านไปด้วยดี และได้รับการดูแลเอาใจใส่ จากทีมแพทย์และพยาบาลเป็นอย่างดี หลังการผ่าตัดเสร็จสิ้น และพักฟื้นเรียบร้อยแล้ว ได้รับการแนะนำให้รักษาต่อ ที่โรงพยาบาลศิริราช ด้วยวิธีฮอร์โมนบำบัด และคีโมบำบัด แต่ปรับระดับข้อจำกัดอีกครั้ง ด้วยเหตุผลและคำอธิบายที่ได้รับยังไม่ชัดเจน จึงเลือกที่จะศึกษาหาวิธีการรักษาอื่น ๆ ต่อไปก่อน

1

### พลังความคิดบวก

เข้มแข็ง เชื้อมัน ปล่อยวาง  
เติมพลังบวกอยู่เสมอ  
เพื่อการบำบัดที่สมดุล

2

### วิถีชีวิตต้านโรค

ให้ความสำคัญกับอาหาร  
และการออกกำลังกาย  
เสริมสร้างภูมิคุ้มกัน

3

### ยาดีอยู่ที่ตัวเรา

เคารพในกระบวนการรักษา  
ปฏิบัติตามคำแนะนำ  
จัดเวลาทานยาครบถ้วน

## การปฏิบัติตัวระหว่างการรักษา

หัวใจของการรักษา คือ ความเชื่อมั่น และ พลังบวก ในตัวผู้ป่วย

เริ่มต้นจากความเชื่อมั่นอย่างเต็มเปี่ยมว่า โรคที่เป็นอยู่จะสามารถรักษาให้หายได้ ไม่เคยมีความกังวลหรือท้อใจใดๆเลย พอรู้ว่าจะต้องตัดเต้านมทั้งก็ไม่ได้รู้สึกเสียดาย คิดว่าเป็นเพียงของนอกกาย ไม่ได้ทำให้ตัวตนเปลี่ยนไป

และจากการศึกษาหาทางเลือกมากมาย ยังทำให้เชื่อมั่นว่าการรักษา มะเร็งที่น่าจะมีประสิทธิภาพจะต้องมี ภูมิคุ้มกันที่ดีในร่างกายที่แข็งแรง จึงสร้างความแข็งแรงจากภายในด้วยการออกกำลังกายและปรับเปลี่ยนอาหารให้มีประโยชน์เป็นหลัก อะไรที่ได้รับคำแนะนำและศึกษามาแล้วว่าดีต่อสุขภาพ ก็ปฏิบัติตามอย่างจริงจัง

ด้วยความเชื่อมั่นในกระบวนการรักษา จึงปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัดทุกกระบวนการ ทานยาตรงเวลาและครบตามจำนวน ตั้งเวลาเตือนให้ทานยา และแก้ไขความยากลำบากในการทานยาจำนวนมากด้วยการแบ่งกลืนยาและดื่มน้ำตามมากๆหน่อย ซึ่งก็สามารถทำได้ดี ไม่เคยขาดแม้แต่เม็ดเดียว และในช่วงแรกของการบำบัด ร่างกายต้องมีการปรับตัว ซึ่งส่งผลให้มีอาการท้องผูกอยู่บ้าง แต่ก็ให้เวลากับตัวเอง ไม่ย่อท้อ และหลังจากใช้เวลาสักพัก การขับถ่ายก็กลับมาเป็นปกติ

บวกกับกำลังใจที่ดีที่มาจากหลากหลายผู้คนรอบข้างที่เอาใจช่วยและให้ความเข้าใจ ใส่ใจดูแล โดยเฉพาะคุณแม่ที่คอยดูแลทุกอย่าง ทำอาหารให้เกือบทุกมื้อ ซึ่งต้องปรับมาเป็นอาหารต้านมะเร็ง ในช่วงบำบัดรักษา และปรับเพิ่มเติมเป็นอาหารสุขภาพที่ทานอย่างสม่ำเสมอเกือบทุกมื้อจนกระทั่งปัจจุบัน จากที่เคยคิดว่าไม่ควรกินเนื้อสัตว์เลย แต่เมื่อผลเลือดบ่งบอกถึงความต้องการเพิ่มเพื่อการทำงานของระบบภูมิคุ้มกัน ก็ทานเพิ่มด้วยเหตุผลรวมถึงหากมีมือไหนต้องทานแปลกไปบ้าง เช่น นอกบ้านหรือตามร้านต่างๆ ก็เรียนรู้ที่จะเลือกสรรแต่สิ่งที่ดีให้ร่างกายได้



นอกจากนี้ ยังมีพลังบวกจากภายใน คิดดี พูดจาดี และหมั่นทำสมาธิอยู่อย่างสม่ำเสมอ มีความเชื่อว่าสมาธิและธรรมะสามารถช่วยได้ในหลายๆเรื่องในชีวิต ทำให้เรามีสติและพลังที่จะก้าวต่อไป และยังหมั่นทำบุญด้วยการให้มาอย่างต่อเนื่อง โดยบริจาคผมของตนเองให้กับการทำวิกผมให้ผู้ป่วยมะเร็งมาแล้วหลายครั้ง ถึงแม้ว่าหลังจากผ่าตัดเต้านมออกและยังต้องตัดผมสั้นมาก จนคนรอบข้างอาจมองว่าดูไม่ค่อยเป็นผู้หญิงสักเท่าไร แต่ก็ยังคงตั้งมั่นทำความดีเพื่อแผ่ให้ผู้อื่นต่อไป

“รู้สึกว่าเป็นกำลังใจที่ดีมากที่ได้เจอเพื่อนๆที่ผ่านการรักษาที่ผ่านมามีหลายคนต้องทนทุกข์ทรมานกับคีโมบำบัด ไม่ได้รับการดูแลที่ดี สุขภาพก็แยลง มันไม่ใช่การรักษาด้วยซ้ำ”

### ระยะเวลาการรักษา ภายใต้อาจารย์ BVR

7 เดือน ด้วยการบำบัดโดยรวม โดยใช้ภูมิคุ้มกันบำบัด และ พฤษบำบัด เสริมสร้างระบบภูมิคุ้มกันและระบบต่างๆของร่างกายให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพควบคู่ไปกับการรักษาโรค

มะเร็งระยะ 3 ผ่าตัดพักฟื้นแล้ว จากที่ไม่มีแรงออกกำลังกาย ตอนนี้มีกำลังมากกว่าก่อนป่วย วิ่งได้เป็น 10 กิโลเมตร

### สุขภาพปัจจุบัน ตุลาคม 2561

ผลพิสูจน์ที่เห็นได้จากผลตรวจเลือดทางห้องปฏิบัติการบ่งบอกว่าร่างกายโดยรวมแข็งแรงดี และตัวบ่งชี้มะเร็งหลายชนิดอยู่ในเกณฑ์ปกติ รู้สึกสุขภาพดีขึ้นมาก ตอนนี้กลายเป็นนักกีฬาไปแล้ว จิตใจแจ่มใส มีพลังพร้อมที่จะส่งมอบให้ผู้อื่นต่อไปได้เสมอ

“กำลังใจสำคัญมาก เชื่อมั่นและศรัทธาในสิ่งที่ตนเองเลือกและทุกคนรอบข้างที่เกี่ยวข้อง”  
ไม่มีอะไรที่สายไป อยู่กับมันอย่างมีความสุข เลือกสิ่งที่ดีให้ตนเอง

