

HALL OF THE PULSE



รศ. ทพญ.

อพภัวรินทร์

นิตยารักษ์พงศ์

DP: อยากให้คุณหมอช่วยกรุณาแนะนำตัวด้วยค่ะ

ชื่อ รอ.ทพญ.อภิวันท์ นิตยารัมภ์พงศ์ จบคณะ
ทันตแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล รุ่น 8 จบ MSc.
Child Dental Health จาก Eastman Dental Institute
London U. MiniMBA NIDA, ขณะนี้เป็นนิสิตปี 1 หลักสูตร
มหาบัณฑิต สาขาพุทธศาสตร์และศิลปะแห่งการดำเนิน
ชีวิต สาวิกาสิขาลัย มหาจุฬาลงกรณ์ราชวิทยาลัย

**DP: เพราะอะไรจึงเลือกเรียนต่อสาขาวิชาทันตกรรม
สำหรับเด็ก**

สาเหตุที่เรียนทันตกรรมสำหรับเด็ก เพราะมี
ความเห็นว่าการทำงานทันตกรรมสำหรับเด็กเป็นการ
ทำงานสำหรับปัจจุบันและอนาคต ถ้าเราวางพื้นฐาน
ทันตสุขภาพให้พ่อแม่และเด็กๆ ดีตั้งแต่แรก เด็กน้อยที่
เป็นคนไข้ของเราก็จะมีฟันดีไปตลอดชีวิต (หมอฟัน
สาขาอื่นตงงานแน่นอน) พ่อแม่ทุกคนรักลูก ดังนั้นเมื่อ
เราให้คำแนะนำใดๆ ไป ไม่ว่าจะเป็นเรื่องทันตสุขภาพ
การอบรมเลี้ยงดูลูก การปรับพฤติกรรม อาหาร อื่นๆ
พ่อแม่พร้อมที่จะทำตามที่เราแนะนำ ทำให้การทำงาน
ของเรามีโอกาสสำเร็จสูง และถ้าเราให้ความรู้แก่พ่อแม่ดี
ลูกคนต่อไป หรือสมาชิกในครอบครัวนั้นก็จะมีทันต
สุขภาพดีตามไปด้วย

การรักษาฟันเด็ก เหมือนการมีลูกเต็มบ้าน
หลานเต็มเมือง มีความสุขมาก เพราะเด็กๆ จะอยู่กับ
เราตั้งแต่ 2-3 ขวบ ไปจนเขาโตเข้ามหาวิทยาลัย เขาก็ยังติด
เรา พี่จึงมีลูกหลานเยอะแยะ เป็นความรู้สึกที่ดีมาก มี
คนไข้ของพี่คนหนึ่งดูแลเขาตั้งแต่ 3 ขวบ ตอนนี้เป็น
รุ่นน้องปี 2 ทันตมหิดล โอ้โฮ ยิ่งดีใจใหญ่เลย แล้วกะ
ป็นเขาให้เป็นหมอฟันที่เก่งและดีที่สุดในโลกไปเลย
(...ตอนนี้เขามาฝึกงานกับพี่อพทุกสัปดาห์ด้วยจ๊ะ น้อง
คนไหนอยากให้พี่อพปั่นสะก็ได้เลยนะจ๊ะไม่จำกัดจำนวน
พี่จะยินดีมากค่ะ) เป็นหมอเด็กจะไม่แก่เร็วนะ เพราะวันๆ
ได้เล่นกับเด็กตลอด เราเลยยังมีวิญญาณเด็กอยู่เสมอ
ชอบมีคนทักว่าพูดเหมือนเด็ก...แหงละซิ ก็เราใช้ภาษา
เด็กทำงานตลอด...หมอเด็กจึงมักจะใสกิ๊ก คิคุ กว่าหมอ
สาขาอื่นๆ...จริงๆ นา



DP: เพราะอะไรจึงได้เรียนต่อสาขา mini MBA

เหตุที่เรียน MiniMBA เพราะมีคลินิกที่ต้องดูแล
ในขณะนั้น 2 แห่ง เริ่มรู้สึกว่าจะต้องรู้จักการบริหารจัดการ
ธุรกิจบ้างแล้ว ช่วงนั้นยังมีเป้าหมายในชีวิตเหมือนน้องๆ
ทั้งหลาย...คืออยากประสบความสำเร็จทางธุรกิจมาก
มาก ไฟแรง ยิ่งได้มาเรียน เราก็ได้ประโยชน์มาก
สนุก ชอบเรียนหนังสือ ได้เอามาใช้บริหารคลินิกและ
งานต่างๆ หลังจากนั้นตลอด การเรียนครั้งนี้ทำให้ได้
ข้อคิด 2 อย่างคือ เรียนทันตะนะ...ยากที่สุดในโลกแล้ว
เพราะฉะนั้น น้องๆ หมอฟัน อย่ากลัวอะไรเลยในโลกนี้
ถ้าเราผ่านการ check up lab ต่างๆ ฝ่าด่านอรหันต์จาก
พระอาจารย์จอมยุทธ์ทั้งหลายได้ตลอด 6 ปีละก็ จะรู้ว่า
เรียนอย่างอื่นง่ายหมด หมดมาก เห็นไหม...อาจารย์ท่าน
ฝึกเราดี อีกข้อคิดหนึ่งคือพี่เป็นคนที่ยืนสูงที่สุดในชั้น
เรียนนั้น ซึ่งส่วนใหญ่เป็นนักธุรกิจระดับกลาง-เล็ก แต่
คนที่ประสบความสำเร็จมากๆ จบแค่ ป.6 ป.ตรี เท่านั้น
เอง แต่เขามีประสบการณ์ชีวิตมากกว่าเรา เพราะฉะนั้น
การเรียนมาก ไม่ได้หมายความว่า คุณจะประสบความสำเร็จ
ในชีวิตการงานนะจ๊ะ ไม่เกี่ยวกันเท่าไรเลย

แต่...การเป็นทันตแพทย์ในสังคมก็มีข้อดีมาก
มาย... เรียกว่า ชีวิตนี้ได้เป็นทันตแพทย์ก็โชคดียอยู่แล้ว
จะโชคดีมาก โชคดีมากที่สุดสุด ก็ขึ้นกับทักษะชีวิตที่น้อง
ต้องหาเอง เช่น การทำกิจกรรมสโมสร ช่วยให้เราทำงาน
บริหารจัดการ ประสานงานเก่ง รู้จักพี่พี่น้องๆ มาก การ
เรียนวิชาอื่นนอกจากทันตกรรมเป็นสิ่งที่พี่อยากให้น้อง
ทันตทุกคน “จงทำ” เพื่อเปิดโลกให้กว้าง และเป็น
ประโยชน์ต่อตัวเองแน่นอน

DP: โครงการที่ทำอยู่ในปัจจุบันที่เป็นประโยชน์ต่อสังคมได้แก่อะไรบ้าง แต่ละโครงการมีความแตกต่างกันอย่างไร มีกลุ่มเป้าหมายเหมือนหรือต่างกัน และการได้รับประโยชน์ต่างกันหรือไม่อย่างไร

โครงการที่ทำอยู่เป็นโครงการของกองทุน นพ.สงวน เพื่อมิตรภาพบำบัด ซึ่งทุกโครงการจะมีเป้าหมายที่การช่วยดูแล ประคับประคองให้แนวทางการดูแลรักษาสุขภาพกายใจของผู้ป่วย และครอบครัว อย่างเป็นองค์รวม ทั้งทางร่างกาย จิตใจ สังคม เศรษฐกิจ

ที่ผ่านมา กองทุนทำโครงการหลายด้าน เช่น โครงการเลื้อยหนาวอุ่นกายอุ่นใจ แจกให้คนป่วยในโรงพยาบาลทุกฤดูหนาว เราจัดเป็นชุดเลื้อยหนาวและหนังสือธรรมะให้คนไข้ปีละหลายพันคน

โครงการบ้านมิตรภาพบำบัดดูแลผู้ป่วยโรคร้ายแรงให้การอบรมเรื่องการแพทย์องค์รวม ดูแลให้กำลังใจ (ปัจจุบันนี้โครงการนี้หยุดไปแล้ว) และโครงการอื่นๆ ซึ่งพี่ดำเนินการในช่วงปี 2550, 2551, 2552, 2553 ในช่วงปีนี้ พี่ยังคงดำเนินการบางโครงการ เนื่องจากติดภาระกิจต้องดูแลงานของครอบครัวหิงส์ดารมภ์ ซึ่งเป็นธุรกิจรีสอร์ท ปารีฮัท งานกองทุนจึงให้ผู้จัดการมูลนิธิมิตรภาพบำบัดดำเนินการแทนค่ะ โครงการใหม่ๆ จึงยังรอคณะกรรมการพิจารณาอยู่

แต่งงานรับให้คำปรึกษา หรืองานดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย การเตรียมผู้ป่วยและครอบครัวเผชิญความตาย เป็นงานที่พี่เต็มใจทำให้ทุกคนอย่างยิ่ง จึงยังรับให้คำปรึกษาและดูแลอยู่นะคะ ติดต่อได้ที่ **08-0073-9858** ไม่ต้องเกรงใจเลยนะคะ เพราะพี่ยินดีช่วยทุกคน ไม่จำเป็นที่เราต้องรู้จักกันมาก่อน เราก็สามารถจะมอบสิ่งดีๆ ให้กันได้เสมอนะคะ

DP: ธรรมโอสธคืออะไร ใช้ในชีวิตประจำวันได้หรือไม่ ทราบว่าคุณหมอได้ผ่านมรสุมชีวิตมาในช่วงที่คุณหมอสงวน นิตยารัมภ์พงศ์ ได้รับการวินิจฉัยว่าเป็นโรคมะเร็งจนกระทั่งเสียชีวิตในปี 2551 คุณหมอมีวิธีการจัดการกับชีวิตของตน และผ่านอุปสรรคต่างๆ มาได้อย่างไร ได้ใช้ธรรมะในการดำเนินชีวิตอย่างไรบ้าง

“เห็นทุกข์-เห็นธรรม” คำนี้เป็นสัจจมาก เพราะเมื่อเรามีทุกข์มากที่สุด เราเข้าใจความตาย อยู่ชิดกันนิดเดียว ระหว่างความเป็นกับความตาย ในภาวะตรงนี้ เราจะรู้เลยว่า **“อะไรเป็นเปลือก อะไรคือแก่นแท้ของชีวิต”**

วันที่พี่จัดกระเป๋ากลับไปเฝ้าคุณหมอสงวนผ่าตัด มะเร็งปอด พี่นั่งเลือกหนังสือที่จะพกไปอ่านด้วย...ตอนนี้ทุกข์มาก พอพี่หยิบหนังสือ How to ทั้งหลายที่จะทำอย่างไรให้รวย ให้เก่ง ธุรกิจสำเร็จ โหน่ โหน่...แล้วรู้เลยว่า มันจอมปลอมหมด...เป็นเปลือกที่หลอกให้เราเดินตามอยู่หลายสิบปี แต่เวลาที่เรายุ่งยากๆ มันไม่มีความหมาย เงิน ธุรกิจที่สำเร็จ มันไม่ช่วยให้คุณคลายทุกข์ได้เลย...วินาทีนั้น คุณเหลือแต่จิตใจ และภูมิปัญญาซึ่งจะสร้างกำลังใจในการต่อสู้กับความทุกข์ให้คุณด้วยตัวคุณเอง คนอื่นก็ช่วยได้ไม่มากหรอก

ความเข้าใจในธรรมชาติของชีวิต สัจจธรรมแห่งความเปลี่ยนแปลง การติดยึด การหาทางออกของความทุกข์ มีอยู่ในพระธรรมคำสอนของพระพุทธองค์ **“มีธรรม พ้นทุกข์”** พี่จึงเริ่มศึกษาธรรมะตั้งแต่นั้น และได้ธรรมะช่วยเป็นธรรมโอสธ ช่วยเยียวยาความทุกข์ที่พี่หวง และลูก ลูก สี่ปีครึ่งกับการสู้กับโรคร้าย ทำให้ชีวิตพี่เปลี่ยนไปโดยสิ้นเชิง เป้าหมายที่เคยอยากมีเงินหลายๆ ล้าน หายไป สงบ จลลากับชีวิตมากขึ้น

หลังจากพี่หวงเสียได้ 6 เดือน พี่ก็ไปบวชเป็นแม่ชีในวัดป่าที่สกลนคร 1 เดือน กับการมีเสื้อผ้า 3 ชุด แบบเดียว สีเดียว ผมไม่ต้องหวี กินอาหารที่ชาวบ้านให้ ไม่มีโอกาสเลือก นอนกุฏิเล็กๆ อยู่ในป่าที่สะอาดบริสุทธิ์มากๆ และมีชีวิตที่ไม่ขึ้นกับเงินหรือวัตถุใดๆ ที่เกินความจำเป็นขั้นพื้นฐาน ช่วงเวลานั้นเป็นอะไรที่ได้มากกว่าที่คิดเยอะเลย รู้แล้วว่าถ้าอยู่ อย่างน้อยที่สุด เราจะอยู่ได้ และเราจะมีชีวิตอยู่เพื่ออะไร พี่เลิกกลัวความจน กลัวความไม่มั่นคงทั้งหลายในสังคมไปแล้ว... ทำทนายอีกแล้ว...

พอเราหลุดจากกับดักทั้งหลาย มันทำให้เราเป็นคนมีขอบเขตที่กว้างกว่าเดิมมาก เราได้ทำลายกำแพงคุกทางความคิด ค่านิยมของตัวเองและสังคมไปหลายชั้น (ยังมีชั้นที่กว้างและยังทำลายไม่หมดไปอีกเรื่อย...แต่ไม่เดือดร้อนจะรีบทำ)



เรามีความสุขขึ้น พอใจในสิ่งต่างๆ มากขึ้น เข้าใจชีวิตมากขึ้น มองสังคมต่างไป ยึดติดลดลงมาก ที่สำคัญคือมีความสุขมากค่ะ

DP: อะไรคือแรงผลักดันที่ทำให้สามารถทำโครงการต่าง ๆ ได้มากมาย รู้สึกเหนื่อยหรือเครียดบ้างไหมคะ

แรงบันดาลใจให้ทำงานเพื่อส่วนรวมโดยเฉพาะกับคนไข้ป่วยหนัก และผู้พิการ คือการที่เราได้ไปสัมผัสกับชีวิตของเขา เวลาที่เขามีความทุกข์มากๆ ว่าเหว่ ขาดที่พึ่ง ที่ปรึกษา ความด้อยโอกาสในสิทธิต่างๆ ในสังคม การเข้าถึงการรักษาพยาบาลที่ไม่เท่าเทียมกัน (ต่างกันมากๆ) และพี่เองก็เคยรู้ เคยสัมผัสความทุกข์แสนสาหัสตรงนั้นมาหมดแล้ว มองตาคนไข้ก็รู้ถึงหัวใจทุกห้องนะ ทำให้เราอยากอยู่ข้างๆ เขา ช่วยประคับประคองเขา

แล้วเมื่อเราเองยังแข็งแรงดีอยู่ เรายังไม่ป่วย เรายังมีความพร้อมอยู่มาก เรารู้ว่าความทุกข์ ความว่าเหว่ตรงนั้น มันเป็นอย่างไรรแล้ว เราเคยมีคนช่วยมากมาย แต่ด้านจิตใจมีคนช่วยน้อยมาก และการช่วยเหลือมักไม่ต่อเนื่อง ขณะที่คนป่วยจะเจอปัญหาต่างๆ ไม่ซ้ำกัน ได้ตลอดเวลา

พี่ฝากคำถามถึงน้องๆ ทุกคนว่า “คุณค่าของตัวเราอยู่ที่ไหน? คุณค่าที่แท้จริงของการมีโอกาสดังนี้เป็นมนุษย์อยู่ตรงไหน?” ค่ะ

DP: การเป็นศิษย์เก่าคณะทันตแพทยศาสตร์ มีส่วนช่วยในการดำเนินชีวิตอย่างไร

อืม...รู้ไหม...วันที่พี่เดินออกไปจากคณะ แล้วพี่ไม่กลับมาคณะอีกเลยมากกว่า 20 ปีนะ...พอมาถึงวันนี้พี่ถามตัวเองว่าทำไมไม่กลับมาทำไม...ได้คำตอบว่า เวลาคิดถึงคณะจะคิดถึงเวลาที่ตัวเองนั่งร้องไห้ อัด Flask TP เสียครั้งที่ 3 ครั้งที่ 4 จำได้เลยว่าน้ำตาหยดรวมกับ monomer เลยนะ คิดถึงคำว่า ไม่ผ่าน ไม่ผ่าน

พี่ฝากบอกว่า เหตุการณ์บางช่วงขณะอาจจะทำลายความรู้สึกดีดีอื่นๆ มากมายทั้ง 6 ปี หดไปเลยก็ได้แหละคะ

แต่พี่รักและเคารพอาจารย์ที่พร่ำสั่งสอนพี่มากนะคะ พี่ถือว่าอาจารย์ทุกท่าน มีพระคุณต่อการสร้าง “หมออพ” ในวันนี้มาก เดี่ยวนี้เวลาที่เจอรุ่นน้อง พี่จะสอนรุ่นน้องว่า เวลาอาจารย์เฮียบๆ นะ อาจารย์เขาอยากให้เราเป็นเรา เป็นหมอที่ดี ทำงานดีให้คนไข้ แล้วการเป็นอาจารย์ที่เฮียบนี้ อาจารย์จะเหนื่อยกว่าการเป็นอาจารย์หยวนๆ มาก อย่าโกรธอาจารย์นะ จงขอบคุณเขา แต่อยู่ห่างๆ บ้างก็ไม่ใช่ไรหรอก

การเป็นทันตแพทยศาสตร์ให้โอกาสพี่หลายด้านมากนะคะ เวลาใครถามจบจากไหน จะบอกว่ามหิดล และทำตัวยัดให้ภูมิฐานมากขึ้น เป็นความภูมิใจจริงจริง แต่...คุณจะเป็นใคร จบจากไหน ไม่สำคัญเท่ากับคุณ “ทำ” อะไร ผลงานและความจริงใจ เป็นสิ่งสำคัญที่สุดนะคะ

DP: มีวีรกรรมอะไรบ้างขณะเป็นนักศึกษาทันตแพทย์

วีรกรรมตอนเป็น นศ.ทพ.เหรอ..... ก็เป็นนักกิจกรรมตลอด 6 ปี แต่เป็นประเภทต้องสวยหวานด้วยนะ บูล้างผลาญ นองเลือด No No No

ตอนอยู่ปี 1 เป็นช่วง 6 ตุลาพอดี โอ้ยมหิดล เลือดรักความยุติธรรมรุนแรงมาก ก็ไปถือป้ายใหญ่ๆ เดินขบวนกับนักศึกษาตามถนน แต่กลัวทางบ้านเห็นก็จะถือป้ายผ่ายๆ แบบปิดหน้า เหลือแต่ลูกตาเดินไป

ตามถนน ใจตุ้ม ตุ้ม ตุ้ม ไม่ชอบความรุนแรงจ๊ะ ถ้าจะจัดการ กำจัดใครคงเป็นคนเลือกไม่ใช่ปืน ระเบิด ไม่ชอบจ๊ะ จะใช้พวกยาพิษ ไสยศาสตร์ จัดการแทน

แล้วเวลา 6 ปี ทำงานเป็นเลขาธิการสโมสร 2 สมัย ชอบมาก ได้เป็นเลขาพี่พรชัย อีกปีเป็นเลขาพี่วันดา ไม่ชอบงานวิชาการ ชอบงานจัดระบบ จัดการ (อีอี จอมบงการแบบอยู่เบื้องหลังนี่ พี่พณัดมาตั้งแต่เด็ก ๆ จ๊ะ) น้องๆ ทำกิจกรรมเยอะๆ นะ เรียนแค่ C, B ก็พอ (อาจารย์ค่อนข้างแล้ว) ทำงานสโมสรเยอะ จบแล้วจะได้รู้ว่าคุณจะเป็นทันตแพทย์ที่เก่งรอบด้าน

DP: มีอะไรที่อยากฝากถึงพี่น้อง ทันตแพทย์มหิตล บ้างไหมคะ

หมอฟันเนี่ย ทำงานในแวดวงที่แคบมาก การแข่งขันไม่สูง ความเสี่ยงยังน้อย สังคมแคบ วิชาการแคบ ไม่ค่อยต้อง apply กับสังคมผู้คนมากนัก ทำให้วงการเราขึ้นชื่อในหมู่คนทำงานสาธารณสุขว่าคิดแคบ ใจแคบ (ไม่จริงใช่ไหม...) แต่ถือว่าฉันรู้ ฉันจะพลาด ไม่เปิดใจ ไม่เสี่ยงกับอะไร พี่อยากรู้น้องน้องมองพี่พออย่างไรเหมือนกันนะ?

หลาย ๆ คนคงเห็นว่า พี่พทำงานหลายอย่างมากมาย เช่นอะไรบ้างละ เป็น GP, เป็น Pedodontist, เป็นนักจัดรายการวิทยุ, เป็นวิทยากร TV, บรรยาย, เขียนหนังสือสุขภาพแม่และเด็ก, บก.สำนักพิมพ์, Art director หนังสือการ์ตูนเด็ก, แม่ลูกสอง ภรรยาที่สามมีป่วยเป็นมะเร็ง, ทำไอดิม (อร่อยนะ), ทำรีสอท (ปารีฮัท), ดูแลผู้ป่วยระยะสุดท้าย (ส่งคนไข้ให้มีวาระจิตสุดท้ายที่ดี), เตรียมคนไข้และครอบครัวให้เผชิญความตายอย่างสงบ, ที่ปรึกษาผู้ป่วยทุกเรื่อง, สะกดจิต, นักประชาสัมพันธ์, นักการตลาด, นักศึกษาปริญญาโท พุทธศาสตร์

เอ...ไม่รู้ว่าตัวเองมีภาพว่าประสบความสำเร็จในชีวิตไหมนะ

พี่รู้แต่ว่าพี่ไม่เคยพูดคำว่า “ทำไม่ได้” กับอะไรเลย แต่อะไรที่พี่ไม่รู้ ไม่เคย แต่ใจมันอยากจะบอกเสมอว่า “เรียนรู้ได้ แล้วเดี๋ยวก็ทำเป็นเองละ” ความท้าทายคือรสชาติในชีวิตของพี่นะ ชอบจริงๆ (แะ แะ ยกเว้นทำ FD, Endo, Perio, Impact...ทำไม่ได้จริงๆ จ๊ะ...นี่...ยังจะนับเป็นหมอฟันอยู่หรือป่าว?)

พี่อยากให้น้องๆ “think outside the box” ให้มากๆ “คิดกลับด้าน” เยอะๆ ใครทำอะไรตามๆ กัน เราขอหยุดก่อนแล้วดูซิ ถ้าทำวิธีอื่น คิดคนละมุม จะเป็นอย่างไร พี่พบ idea ใหม่ ๆ จากวิธีนี้เสมอ...พี่พอเลยไม่ค่อยจะเป็นหมอฟันเท่าไรเลยจ้ะ

อีกเรื่องสำคัญคือ พี่อยากฝากให้น้องๆ ทุกคนเรียนเรื่องการบริหารจัดการ งาน ชีวิต คน ทรัพย์สิน เรื่องนี้เป็น basic มากๆ ของความสำเร็จในชีวิตทุกด้านเลยนะ ไม่ต้องเรียนปริญญาโทหรอก อย่างพวกเรา MiniMBA ก็พอแล้ว เป็นประโยชน์มากจริงๆ ธุรกิจของพี่อาจจะไม่ได้ใหญ่โตอะไร แต่ก็มีผู้จัดการดูแลให้หมดในแต่ละเรื่อง พี่ทำงานหนักแค่ตอนแรกๆ เอง พอเข้าที่จัดระเบียบได้แล้ว พี่พก็เผลอบินไปเที่ยว มีความสุขอีกแล้ว

พี่อยากเห็นหมอฟันรุ่นใหม่ที่เก่งรอบด้านใจกว้าง มีหัวใจความเป็นมนุษย์ ทั้งต่อตัวเองและผู้อื่น จริงใจมากๆ อย่าสนใจเรื่องเงินมากนัก (เคล็ดลับนะ ถ้าน้องทำอย่างพี่บอกได้จริงๆ แล้ว เงินมันมาเอง) จงภูมิใจในตนเอง ความเป็นทันตแพทย์ ภูมิใจที่มีอาชีพซึ่งสามารถช่วยเหลือผู้อื่นได้มากมาย และคนส่วนใหญ่เขาเชื่อเรา ให้เกียรติเรา ไว้วางใจเรานะ เป็นคนดี มีจริยธรรมเสมอ ความสำเร็จทุกทุกด้านจะตามมา

บทสัมภาษณ์โดย ทพญ. สิริบังอร ไชวิฑูรกิจ