



วารสาร รักสายตา *By บ้านแพ้ว*

จัดทำโดย ศูนย์จักษุและต้อกระจก โรงพยาบาลบ้านแพ้ว (องค์การมหาชน)



เบาหวานขึ้นตา...

ใครคิดว่าไม่สำคัญ

ต้อหิน...

มหันตภัยเงียบ

ประสบการณ์

: กินข้าวกับน้ำตา

: เล่าสู่กันฟัง

(จัดพิมพ์ทุก ๆ 3 เดือน)



สวัสดีท่านผู้อ่านรักดวงตาทุกท่าน

พวกเราทีมงานจักษุ โรงพยาบาลบ้านแพ้ว (องค์การมหาชน) มีความตั้งใจจริงในการจัดทำวารสาร **“รักษ์ตา”** เป็นฉบับปฐมฤกษ์ หวังว่าคงมีประโยชน์กับท่านผู้อ่านไม่มาก ไม่น้อยเกินไป และขอฝากติดตามผลงานในฉบับต่อ ๆ ไป **ทุก ๆ 3 เดือน** นะคะ...บรรณาธิการ

คณะที่ปรึกษา...

นายแพทย์สุรพงษ์ บุญประเสริฐ
นายแพทย์พรเทพ พงศ์ทวีกร
แพทย์หญิงพัทธ์ศรีธัญ ชนะสุพรรณ
แพทย์หญิงปิยะธิดา ปุรานี
แพทย์หญิงวรรณันท์ สุวรรณนิพนธ์
แพทย์หญิงสุชีรา ตติเวชกุล
นายแพทย์ชินวิธ ธเนศสกุลวัฒนา

บรรณาธิการ...

แพทย์หญิงสุภัทรา ศุภศิลาภิบาล

กองบรรณาธิการ...

นางพีระพรรณ มหัทธนาสุรสิทธิ์
นางสาวสุรางค์ รัตนชูวงศ์
นางสาวศิริขวัญ อ้นหล้า

ออกแบบศิลป์...

นางสาวปิยะนุช ชูช่วย

สถานที่ติดต่อ...

โรงพยาบาลบ้านแพ้ว (องค์การมหาชน)
198 หมู่ 1 ต.บ้านแพ้ว อ.บ้านแพ้ว จ.สมุทรสาคร 74120
โทรศัพท์ 034-419555 ต่อ แผนกจักษุ
[www.banphaeo-hospital .or.th/eye-excellence-center](http://www.banphaeo-hospital.or.th/eye-excellence-center)
Email : banphaeo-eye@hotmail.com

สารบัญ

สารจากผู้อำนวยการ และผู้จัดการแผนกจักษุ	3
แนะนำหมอตาบ้านแพ้ว	4
เบาหวานขึ้นตา...ใครคิดว่าจะไม่สำคัญ	5
ต้อหิน...มหันตภัยเงียบ	6
เล่าสู่กันฟัง	7
กินข้าวกับน้ำตา	8
คุยสบายๆ ง่าย	9

สำหรับท่านผู้อ่านที่มีความสนใจเข้าร่วมสนับสนุน
โครงการผ่าตัดต้อกระจก หรือเครื่องมือแพทย์

กรุณาติดต่อ คุณสุรางค์ รัตนชูวงศ์
โทรศัพท์ 084-4374505





นายแพทย์สุรพงษ์ นูประเสริฐ
ผู้อำนวยการโรงพยาบาลบ้านแพ้ว

สารจากผู้อำนวยการ

โรงพยาบาลบ้านแพ้ว (องค์การมหาชน)

ชีวิตหากขาดการมองเห็น เต็มไปด้วยความยากลำบาก กอปรการเข้าถึงการบริการ เต็มไปด้วยความยากลำบาก การกระจายทรัพยากรนำไปสู่การช่วยเหลือแก้ปัญหาให้กับประชาชน ไม่ครอบคลุมทั่วถึง คณะกรรมการบริหารโรงพยาบาลบ้านแพ้ว จึงได้ดำเนินงานโครงการผ่าตัดตาต่อกระจกเคลื่อนที่ ภายใต้การสนับสนุนของ สปสช. และผู้เห็นความสำคัญ ผลักดันให้การดำเนินงาน สามารถแก้ไขปัญหาภาวะตาบอดจากโรคต่อกระจก และได้มีการพัฒนาศักยภาพ การรักษาโรค คุณภาพการมองเห็น อาทิ โรคทางด้านจอประสาทตา, ต้อหิน, กระจกตาดังปรากฏในวารสาร **“รักษัตา”** ฉบับปฐมฤกษ์นี้

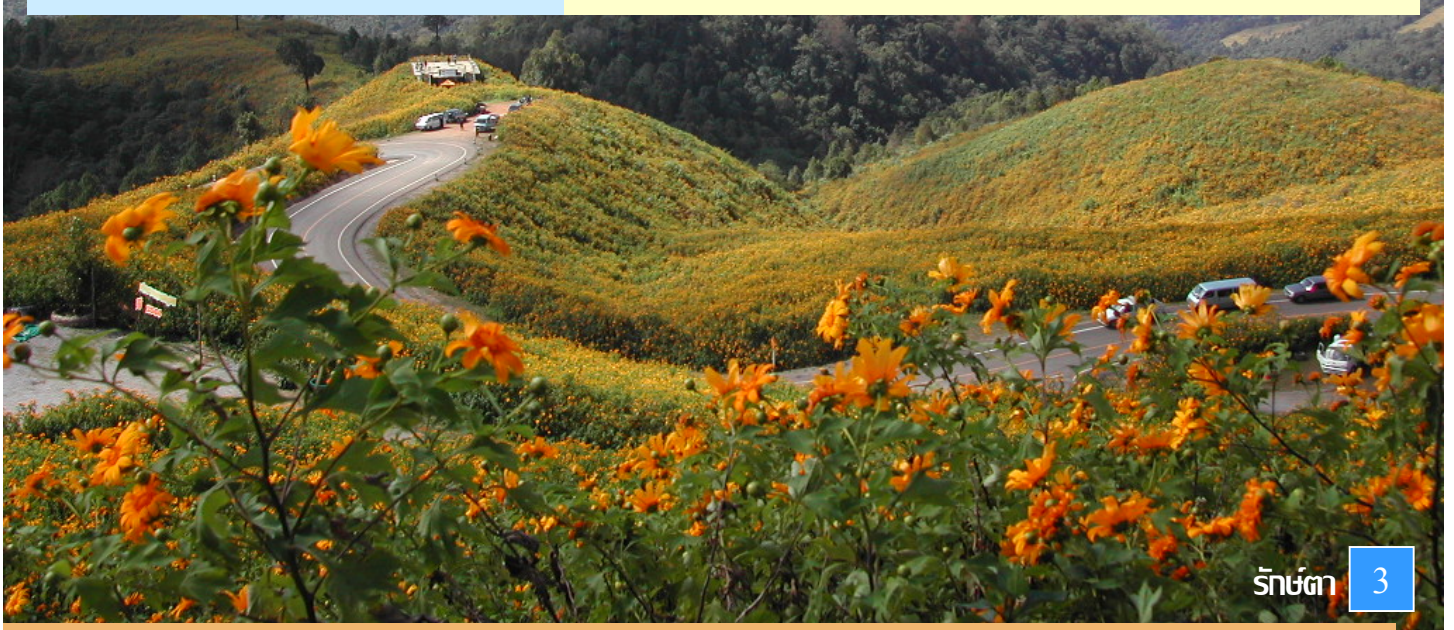


นายแพทย์พรเทพ พงศ์ทวีกร
จักษุแพทย์ และผู้เชี่ยวชาญด้านจอประสาทตา

สารจากผู้จัดการแผนกจักษุ

โรงพยาบาลบ้านแพ้ว (องค์การมหาชน)

วารสาร **“รักษัตา”** ฉบับปฐมฤกษ์นี้ เกิดจากความมุ่งมั่น ตั้งใจของทีมจักษุแพทย์ของบ้านแพ้วที่ต้องการถ่ายทอดความรู้และประสบการณ์ เพื่อให้ความรู้แก่ประชาชนทั่วไป ผมหวังว่าความตั้งใจนี้คงมีประโยชน์ไม่มากนักน้อยแก่ผู้อ่านนะครับ...



โรงพยาบาลบ้านแพ้ว เปิดให้บริการรักษาโรคทางตา ด้วยแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ เปิดตั้งแต่วันจันทร์-วันศุกร์ เวลา 8.30 น.-12.00 น. ให้บริการผ่าตัดและรักษาเกี่ยวกับโรคตา เช่น ต้อหิน ต้อกระจก ต้อเนื้อ ด้วยเครื่องมือที่ทันสมัย พร้อมให้คำแนะนำสำหรับผู้ป่วยที่มีปัญหาเกี่ยวกับสายตา อาทิ ตรวจรักษาโรคต้อด้วยเครื่องมือที่มีความเที่ยงตรง วัดความสามารถของการมองเห็น วัดสายตาเพื่อประกอบแว่น ตรวจวัดความดันลูกตา ตรวจลานสายตาจอประสาทตา โดยมีจักษุแพทย์พร้อมทีมงานที่มีความชำนาญเฉพาะด้าน

จักษุแพทย์ โรงพยาบาลบ้านแพ้ว (อภีการมหาชน)



นายแพทย์พรเทพ พงศ์ทวีกร

จักษุแพทย์ และผู้เชี่ยวชาญด้านจอประสาทตา



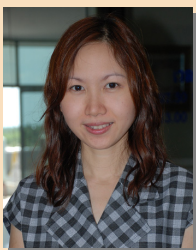
แพทย์หญิงพัทธ์ศรีณีย์ ธนะสุพรรณ

จักษุแพทย์ และผู้เชี่ยวชาญด้านต้อหิน



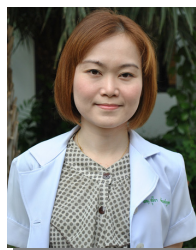
แพทย์หญิงปิยะธิดา ปุราณี

จักษุแพทย์ และผู้เชี่ยวชาญด้านต้อหิน



แพทย์หญิงวรรณันท์ สุวรรณนิพนธ์

จักษุแพทย์ และผู้เชี่ยวชาญด้านกระจกตา



แพทย์หญิงสุชีรา ตติเวชกุล

จักษุแพทย์



นายแพทย์ชินวิธ ธเนศสกุลวัฒนา

จักษุแพทย์



แพทย์หญิงสุภัทรา ศุภศิลป์กนก

จักษุแพทย์



เบาหวานขึ้นตา ใคร...คิดว่าไม่สำคัญ

เบาหวานขึ้นตา หรือเบาหวานจอตา เป็นภาวะแทรกซ้อนของผู้ป่วยเบาหวาน และเป็นสาเหตุที่สำคัญที่ทำให้เกิดภาวะตาบอดในผู้ป่วยเบาหวาน

เบาหวานขึ้นตาคืออะไร ?

เบาหวานขึ้นตาเป็นการเปลี่ยนแปลงของเส้นเลือดบริเวณจอตาจากเบาหวาน โดยระยะแรกมีการตีบตันของเส้นเลือด ส่งผลให้จอตามีภาวะขาดเลือด เมื่อโรครุนแรงมากขึ้นจะมีเส้นเลือดงอกบริเวณจอตา มีจอตาบวม และเมื่อเข้าสู่ระยะสุดท้ายจะเกิดเลือดออกในวุ้นตา และเกิดพังผืดดึงรั้งจอตาในที่สุด

อาการสำคัญของเบาหวานขึ้นตาคืออะไร ?

ระยะแรกของผู้ป่วยอาจไม่มีอาการใด ๆ แต่เมื่อเป็นรุนแรงขึ้นจะมีตามัว ในรายที่มีเลือดออกในวุ้นตา ผู้ป่วยจะเห็นเงาดำบังการมองเห็น ในรายที่เป็นรุนแรงอาจมีต้อหินแทรกและมีตาบอดในที่สุด

เบาหวานขึ้นตาจะตรวจได้อย่างไร ?

ผู้ป่วยเบาหวานควรพบจักษุแพทย์ เพื่อทำการตรวจจอตาโดยเครื่องมือ Indirect Ophthalmoscope แต่ปัจจุบันมีเครื่องถ่ายภาพจอตาโดยไม่ต้องขยายม่านตา และอ่านผลโดยจักษุแพทย์ จึงช่วยในการวินิจฉัยจอตาได้สะดวกยิ่งขึ้น

เบาหวานขึ้นตาจะรักษาอย่างไร ?

ผู้ป่วยที่เป็นเบาหวานขึ้นตาระยะแรก การควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดอย่างเคร่งครัดจะช่วยชะลอความรุนแรงได้ ในรายที่เป็นรุนแรง จักษุแพทย์จะพิจารณาฉายแสงเลเซอร์ที่จอตาเพื่อยับยั้งไม่ให้ตัวโรครุนแรงมากขึ้น ในกรณีที่การฉายแสงเลเซอร์ไม่สามารถยับยั้งความรุนแรงของโรคได้ หรือภาวะเบาหวานขึ้นตารุนแรง เช่น มีเลือดออกในวุ้นตาหรือมีพังผืดดึงรั้งที่จู่รบกวนภาพของจอตา แพทย์อาจพิจารณาการผ่าตัดวุ้นตาและจอตาด้วย

การฉายแสงเลเซอร์ที่จอตาจะช่วยให้ผู้ป่วยมองเห็นได้ชัดขึ้นหรือไม่ ?

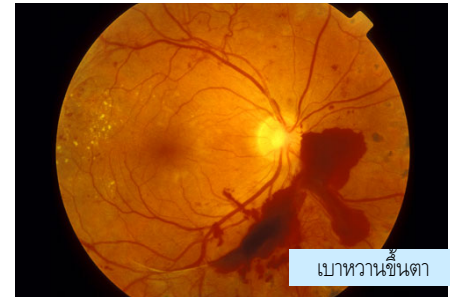
การฉายแสงเลเซอร์จะช่วยยับยั้งภาวะตาบอดจากเบาหวานได้ครึ่งหนึ่ง ส่วนอีกครึ่งหนึ่งผู้ป่วยต้องควบคุมเบาหวานให้ดีขึ้น แต่ไม่ว่าอย่างไรการฉายแสงเลเซอร์ก็ยังไม่ทำให้การมองเห็นดีขึ้น เพียงแค่ช่วยชะลอหรือป้องกันไม่ให้สายตาแย่ลงเท่านั้น

เราจะป้องกันไม่ให้เบาหวานขึ้นตาได้อย่างไร ?

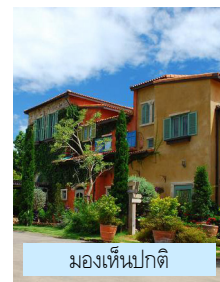
ปัจจุบันเป็นที่ยอมรับกันว่า การควบคุมเบาหวานให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ ($HbA1c < 7$) จะช่วยชะลอการเป็นเบาหวานขึ้นตาและช่วยชะลอความรุนแรงของเบาหวานขึ้นตาได้ด้วย

ผู้ป่วยเบาหวานควรพบจักษุแพทย์บ่อยแค่ไหน ?

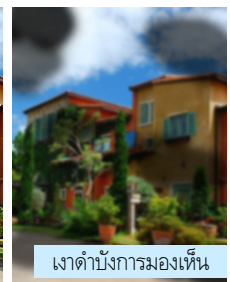
ผู้ป่วยเบาหวานทุกรายควรตรวจจอตาโดยจักษุแพทย์อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง ส่วนผู้ป่วยที่เป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ หรือมีภาวะเบาหวานขึ้นตาต้องพบจักษุแพทย์ทันที



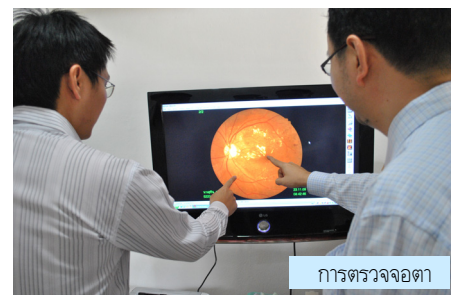
เบาหวานขึ้นตา



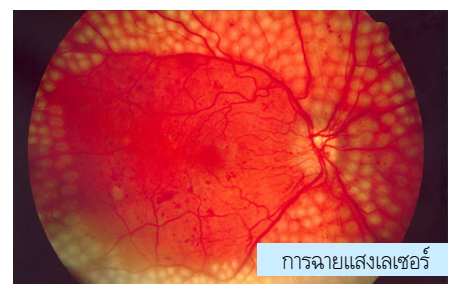
มองเห็นปกติ



เงาดำบังการมองเห็น



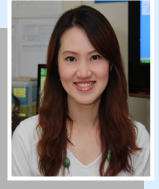
การตรวจจอตา



การฉายแสงเลเซอร์



สนใจการตรวจจอตา สามารถติดต่อได้ที่
ศูนย์จักษุ โรงพยาบาลบ้านแพ้ว (องค์การมหาชน)



ต้อหิน...มหันตภัยเงียบ



สวัสดีค่ะ ท่านผู้อ่านทุกท่าน ในปีนี้ถือเป็นฤกษ์งามยามดีที่จะมีวารสารดี ๆ เกิดขึ้นมาอีกเล่มหนึ่ง ซึ่งจะให้ความรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับดวงตาน้อย ๆ สองดวงของเรา นอกจากนี้ท่านยังจะได้รับความเพลิดเพลิน ความประทับใจ และสามารถรู้จักกับพวกเราหมอต๋านบ้านแพ้ว ในอีกแง่มุมหนึ่ง ซึ่งท่านอาจไม่เคยเห็นที่ไหนมาก่อน ก็ขอฝากวารสารเล่มนี้ที่พวกเรามีความตั้งใจมาก ๆ ที่จะทำขึ้นมาเพื่อเป็นประโยชน์กับท่านบ้างไม่มากนักน้อยนะคะ เขียนมาตั้งนานยังรู้สึกไม่เข้าเรื่องของตัวเองที่ได้รับมอบหมายเลยคะ ในฉบับปฐมฤกษ์นี้ ดิฉันได้รับมอบหมายเขียนให้ความรู้เกี่ยวกับต้อหินค่ะ ท่านทั้งหลายอยาการู้ไหมคะว่า **“ไอ้เจ้าโรคต้อหิน”** เป็นยังไง ??

หลายคนอาจคุ้นเคยกับคำว่าต้อกระจกมากกว่าต้อหิน ต้อกระจกเป็นภาวะที่เลนส์ตาเราขุ่นมัวเหมือนกระจกฝ้า ทำให้เห็นไม่ชัด ส่วนต้อหินไม่ได้หมายความว่า เลนส์ตาเราจะแข็งเหมือนหิน แต่หมายถึงการเสื่อมของประสาทตาจากความดันในตาสูงขึ้นหรือบางคนความดันตาไม่สูงก็ได้ค่ะ

ต้อหินคืออะไร ?

ต้อหินเป็นโรคที่**มีการเสื่อมของประสาทตา จากความดันในตาสูงขึ้น** หรือบางคนความดันไม่สูงก็ได้ ความดันในตาที่สูงจะกดต้นเส้นประสาทตา (Optic nerve) ให้เสื่อม เมื่อความดันสูงเป็นเวลานาน จะทำให้การสูญเสียการมองเห็น ซึ่งจะเริ่ม**สูญเสียการมองเห็นที่ขอบนอกของลานสายตา**ก่อน ส่วนตรงกลางภาพยังเห็นชัด หาก**ไม่ได้รับการรักษาการมองเห็นภาพจะเล็กลงเรื่อย ๆ การเปลี่ยนแปลงจะค่อย ๆ เป็นไปโดยที่ผู้ป่วยไม่รู้ตัว** เมื่อเป็นมาก ๆ ก็จะสูญเสียการมองเห็นในที่สุด ซึ่งเป็นการสูญเสียชนิดถาวร ไม่สามารถรักษาให้กลับคืนมามองเห็นได้อีก โดยมาก**มักจะเป็นสองข้าง** อาจจะเป็นข้างใดข้างหนึ่งก่อน

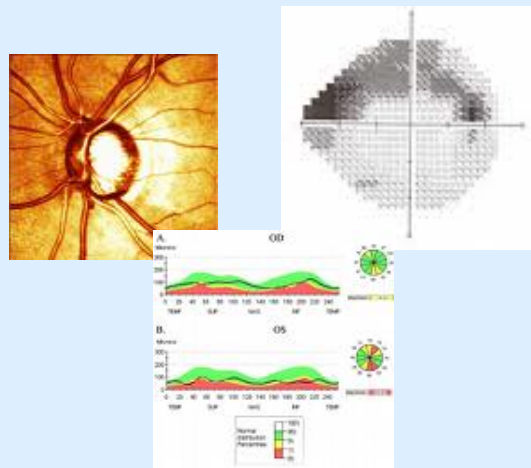


ภาพจากคนที่เห็นต้อหิน

ภาพจากคนที่มองเห็นปกติ

อาการของต้อหิน

เนื่องจากโรคต้อหินมีการดำเนินอย่างช้า ๆ ความดันในตาค่อย ๆ เพิ่มขึ้น (โดยปกติแล้วความดันลูกตาของคนปกติไม่เกิน 21 มิลลิเมตรปรอท) ดังนั้นผู้ป่วย**ส่วนใหญ่จึงไม่มีอาการ จนกระทั่งสูญเสียการมองเห็น** ซึ่งใช้เวลา 5-10 ปี จะเร็วหรือช้าขึ้นอยู่กับว่าจะตรวจพบต้อหินระยะใด เช่น พบตั้งแต่ระยะเพิ่งเริ่มเป็น จะสามารถคุมไว้ได้ แต่ถ้าตรวจพบต้อหินระยะที่เป็นมากแล้ว หรือระยะท้าย ๆ ก็**อาจตาบอดได้** ในเวลาอันรวดเร็ว เช่น ภายในเวลาเป็นเดือน หาก**ไม่รับรักษา** นอกจากนี้ในผู้ป่วยบางรายที่เป็นแบบเฉียบพลันจะมีอาการ ตามัว ปวดตา ปวดศีรษะ เวลามองแสงไฟจะเห็นรุ้งกินน้ำเป็นวงรอบแสงไฟ ตาแดงเฉียบพลันได้



ผู้ที่มีความเสี่ยงที่จะเป็นต้อหิน

- * มีประวัติครอบครัว เช่น พ่อแม่พี่น้อง ของเราเองเป็นต้อหิน
- * อายุมากกว่า 40 ปี
- * เป็นโรคเบาหวาน โรคหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง และความผิดปกติทางเลือดและเส้นเลือด
- * มีสายตาสั้นหรือยาวมาก
- * ผู้ที่ใช้ยาสเตียรอยด์ (Steroid) ติดต่อกันเป็นเวลานาน
- * ได้รับอุบัติเหตุที่ลูกตามาก่อน และโรคตาบางชนิด

ที่นี้ท่านก็รู้แล้วใช่ไหมคะว่า **“ไอ้เจ้าโรคต้อหิน”** นี่น่ากลัวขนาดไหน มัน**เป็นมหันตภัยเงียบ** ที่จะมาเยี่ยมเยียนท่านเมื่อไรไม่รู้ ฉะนั้นท่านที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยงควรมาตรวจตา เพื่อจะได้มองเห็นโลกที่สวยงามใบนี้ต่อไปนาน ๆ นะคะ

ป.ล. ในฉบับหน้า เรามาทำความรู้จักกันนะคะว่า เจ้าโรคต้อหินเนี่ยเค้ามีกันกี่ชนิด และแต่ละชนิดเป็นยังไงบ้าง ฉบับนี้ขอจบแต่เพียงเท่านี้นะคะ ป้าหมอต๋าน ไปก่อนค่ะ บ๊าย บาย...

“เล่าสู่กันฟัง”

โดย...พญ.สุชีรา ตติเวชกุล จักษุแพทย์



ตั้งแต่ผู้เขียนทำงานที่ รพ.บ้านแพ้ว มาแล้ว 1 ปีกว่า ได้ออกหน่วยผ่าตัดทุกเดือน แต่ยังไม่เคยมีโอกาสดูที่ภาคเหนือเลย ปกติเดือนพฤศจิกายนของทุกปี ทางโรงพยาบาลต้องมิกิจกรรมร่วมกับรายการร่วมมือร่วมใจ ไปแจกของกับออกหน่วยช่วยชาวบ้านในถิ่นทุรกันดาร ปีที่แล้วไปที่น่าน คัดกรองผู้ป่วยเบาหวานขึ้นจอตา ผู้เขียนก็ไม่ได้ไปเนื่องจากเหลือหมอบประจำอยู่คนเดียว มาปีนี้ ไปที่ อ.ท่าสองยาง จ.ตาก ตอนที่ผู้เขียนรับเรื่องมาจากเลขาผู้จัดการแผนก คุณสุรางค์ ก็นั่งคิด ลองไปดูละกัน... ครั้งหนึ่งในชีวิต นอกจากจะได้ไปช่วยคนไข้ที่มีปัญหาด้านสายตา ยังได้ใช้ชีวิตให้คุ้มค่า..... อีกด้วย

ก่อนไปถูกขู่ไว้เยอะว่าทางลำบากต้องนั่ง Off Road บางเส้นทางต้องเดินเท้าด้วย ดูโหดสำหรับผู้หญิงตัวเล็ก ๆ จังเลยละ แถมครั้งนี้ต้องพาว่าที่เจ้าสาว น้องลิ (หมอลสุภัทรา) ไปด้วย ต้องดูแลให้ดี ไม่งั้นเจ้าบ่าวต้องเอาเรื่องแน่ ๆ

อ.ท่าสองยาง เป็นอำเภอหนึ่งในจังหวัดตาก ติดชายแดนประเทศพม่า ริมแม่น้ำเมย พื้นที่ส่วนใหญ่เป็นป่าเขาสูงตามแนวทิวเขาดินนงชัย ระหว่างเดินทางภูมิทัศน์ข้างทางสวยมาก สอดกับคำขวัญของ จังหวัดตาก ที่ว่า **ธรรมชาติน่าыл ภูมิพลเือนใหญ่ พระเจ้าตากเกรียงไกร เมืองไม้และปางาม** เดินทางมาถึงที่ท่าสองยางประมาณบ่ายโมง (ไม่ได้ลำบากมากอย่างที่คิด) ก็เริ่มทำงานด้วยการตรวจคัดกรองผู้ป่วยที่มีปัญหาทางด้านสายตา ส่วนใหญ่เป็นคนสูงอายุ ที่มีปัญหาตามัวจากต้อกระจก ส่วนหนึ่งของคนไข้เป็น**ชาวเขาเผ่าปากะยอ** ซึ่งบางคนก็ไม่มีบัตรประกันสุขภาพถ้วนหน้า บางคนบ้านอยู่บนเขาไกล ๆ ไม่มีรถเดินทางลำบาก แต่เนื่องจากมีการประสานงานที่ดี รวมทั้งทาง รพ.ท่าสองยาง ให้ความร่วมมือดีมาก จึงมีรถรับคนไข้ลงมาตรวจ หลังจากตรวจคัดกรองแล้ว ก็เป็นขั้นตอนการทำความสะอาดร่างกาย เนื่องจากคนไข้บางส่วนเป็น**ชาวเขา** หลังลอกต้อกระจก จำเป็นอย่างมากที่จะต้องดูแลแผลผ่าตัดให้ดี เจ้าหน้าที่แต่ละคนต่างก็มาช่วยกันอาบน้ำ สระผมให้คนไข้ ดูแล้วเป็นภาพที่น่าประทับใจ และถือเป็นความร่วมมือร่วมใจที่ต้องยกนิ้วให้ คุณสุรางค์และทีมงานจริง ๆ ละ วันนี้จบด้วยการไปถ่ายรูปริมน้ำเมย เสียายที่อาทิตย์อัสดงไปแล้ว รูปที่ได้เลยไม่สวยเท่าไร (...ความจริงเพราะฝีมือผู้เขียนเองต่างหาก...)

เช้าวันใหม่ ตื่นแต่เช้ามาเพื่อถ่ายรูปหมอก อากาศดีใช้ได้เลยทีเดียว เพราะมัวแต่ถ่ายรูป ยังดีที่น้องลิมีอาหารเข้าเก็บไว้เผื่อ มานั่นเองละ... วันนี้ต้องผ่าตัดคนไข้ที่คัดกรองไว้ตั้งแต่เมื่อวาน ทำกันบนรถผ่าตัด ยืมสถานที่ รพ.ท่าสองยาง ผ่าตัดกันเสร็จประมาณ บ่ายสองโมง คนไข้ทั้งหมด 10 คน แม้จะมีปัญหาเรื่องการสื่อสาร แต่ล่ามช่วยได้เยอะ รวมทั้งคนไข้ค่อนข้างอดทนมาก ปฏิบัติตัวตามที่แนะนำก่อนผ่าตัด ทำให้การผ่าตัดราบรื่นไปด้วยดี

วันที่ 3 ต้องตรวจคนไข้หลังจากผ่าตัด วันนี้เป็นวันที่รู้สึกดีมาก ๆ เพราะพอ**เปิดตา** คนไข้บอกเห็นชัดขึ้นยิ่งในคนที่เห็นต้อกระจกสุกเยื่อ หลังจากที่อยู่กับ**ความมืดมัวมานาน** รอยยิ้มที่ได้เห็นจากคนไข้ ทำให้ผู้เขียน น้องลิ รวมทั้ง**เจ้าหน้าที่ทุกคน**ที่มาออกหน่วยครั้งนี้ **รู้สึกดียิ่งนัก** การมาทำบุญครั้งนี้แม้จะมีคนไข้ไม่กี่คน ไม่เหมือน Trip ผ่าตัดอื่นๆ ที่คนไข้เกือบร้อยคน แต่ความรู้สึกภูมิใจไม่แตกต่างกันเลยละ

ถ้ามีโอกาสคงได้เอาประสบการณ์ที่น่าประทับใจอย่างนี้มาเล่าให้ฟังอีกนะค่ะ.....วันนี้ลาไปก่อนละกัน



โดย...นพ.พรเทพ พงศ์ทวีกร

จักษุแพทย์ และผู้เชี่ยวชาญด้านจอประสาทตา



“กินข้าวกับน้ำตา”

เคยถามตัวเองไหมว่าถ้าโดนปิดตาทั้ง 2 ข้าง ซัก 5 นาทีจะเป็นอย่างไร หลายคนบอกว่าเฉย ๆ และถ้าปิดตา 2 ข้างนาน 1 วัน บางคนอาจจะหงุดหงิดเล็กน้อย และถ้าปิดตา 2 ข้างนาน 1 ปีล่ะ หลายคนอาจบอกว่าขอตายดีกว่า แต่มีคุณยายท่านหนึ่งที่ผมเจอ ท่านมองไม่เห็นมานานถึง 10 ปี

ผมเจอคุณยายท่านนี้ตอนไปออกหน่วยผ่าตัดต้อกระจกที่จังหวัดกำแพงเพชรเมื่อ 3 ปีก่อน ยายอายุ 70 กว่า ๆ ต้องมีคนจูงมาตรวจเนื่องจากมองไม่เห็นทั้ง 2 ข้าง ที่จำได้แม่นเพราะญาติบอกว่า ยายต้องกินข้าวกับน้ำตามานาน 10 ปี ตอนแรกเข้าใจว่าฟังผิด แต่ญาติบอกว่าเวลากินข้าวร้องไห้ตลอดเนื่องจากมองไม่เห็น ญาติต้องจับมือยายให้ใช้ช้อนเคาะจานข้าวตัวเองแล้วไปเคาะจานกับข้าวเพื่อให้กระยะได้ ยายทรมานมองไม่เห็นต้องกินข้าวกับน้ำตามานานร่วม 10 ปี ผมได้ทำการผ่าตัดต้อกระจกให้กับยายไป รุ่งเช้าตรวจหลังผ่าตัดภาพที่ผมเห็นทำให้ผมประทับใจมาก จากยายที่ต้องมีคนจูงวันนี้ยายมองเห็นและเดินตรงเข้ามาสวัสดีผมด้วยใบหน้าที่ยิ้มแย้มและผมที่หิวจนเรียบแปล้ บอกถึงว่าวันนี้ยายน่าจะมีความสุขมากวันหนึ่ง และวันนี้จะเป็นวันแรกที่ยายไม่ต้องกินข้าวกับน้ำตาอีกต่อไป

ผมเชื่อว่าในชนบทของประเทศไทยเรายังมีตาายที่ต้องทนทุกข์ทรมานจากภาวะตาบอดเช่นคุณยายท่านนี้อีกจำนวนมาก สำหรับคนที่มีโอกาสอย่างเราต้องช่วยกัน และไม่ทอดทิ้งคนเหล่านี้



คุยสบายๆ่ายเล่ม...

โดย...พญ.สุภัทรา ศุภกิจปัทมก จักษุแพทย์



สำหรับฉบับนี้ได้ถูกขังยามาติในช่วงเทศกาลวันวาเลนไทน์ จึงได้นำความหมายดี ๆ ของดอกไม้ที่นิยมมอบให้กันมาฝากค่ะ

กุหลาบแดง : หมายถึงความรักอันลึกซึ้ง จริ่งจัง กุหลาบแดงจึงมักจะเป็นดอกไม้ที่ชายหนุ่มให้หญิงสาวที่ตนเองตั้งใจจะใช้ชีวิตร่วมกัน

กุหลาบขาว : แทนความหมายแห่งความรักอันบริสุทธิ์ใจไม่ต้องการสิ่งตอบแทน ดังนั้นมันจึงสามารถใช้แทนความรักของคนต่างวัย ความรักต่อพ่อแม่ เพื่อน หรือคนที่เรารู้สึกดีด้วยอย่างบริสุทธิ์ใจได้

กุหลาบชมพู : แสดงถึงความรักที่กำลังเริ่มงอกงามในใจ และสามารถพัฒนาต่อไปเป็นความรักที่ลึกซึ้งได้

ดอกคาร์เนชั่น : ใช้สื่อความหมายว่า “ฉันเลื่อมใสในความรักที่มีต่อเธอ”

ดอกลิลลี่ : แทนความรัก อ่อนหวาน บริสุทธิ์ อ่อนไหวต่อโลก **“เธอเป็นรักแรกของฉันนะคนดี”**

หลังจากที่ทราบความหมายของดอกไม้แล้ว เรามีคำถามทายใจให้ท่านร่วมสนุกกัน และ**พบกันใหม่ในฉบับหน้า**ค่ะ ถ้าคุณต้องการมอบดอกไม้ให้แต่ใครสักคนที่คุณรัก คุณจะมึนวิธีการเลือกดอกไม้แบบใด

แบบที่ 1 เลือกดอกไม้ที่คุณชอบไปให้

แบบที่ 2 เลือกดอกไม้ที่เค้าชอบไปให้

แบบที่ 3 เลือกดอกไม้ราคาแพงและหายากไปให้

แบบที่ 4 เลือกดอกไม้ที่คุณคิดว่าเป็นสื่อแทนความหมายไปให้



แบบที่ 1 คุณค่อนข้างจะเป็นคนหัวรั้นพอๆ แต่คุณก็รักหวานใจคุณนะ ชี้แจงซะด้วย และคุณก็มักจะเป็นฝ่ายเริ่มต้นแล้วให้หวานใจเดินตามคุณเสมอ ชอบให้เค้าออกต้อนรับเอาใจด้วยล่ะสิเนี่ย

แบบที่ 2 คุณเป็นคนอ่อนไหวมาก มีอารมณ์แพ้อ่อน คุณก็รักเค้ามากและพร้อมที่จะให้ทุกอย่าง เพื่อแลกกับความรักและความจริงใจคุณจะจินตนาการได้เสมอถ้ารู้สึกปวดร้าว เก็บความรู้สึกไม่ค่อยเก่งนะ

แบบที่ 3 คุณมีเพื่อนฝูงมาก เข้าสังคมเก่ง อิม..มม คุณก็รักเขาอยู่หรอกนะ แต่พอเจอคนใหม่ถูกใจกว่า คุณก็ พร้อมจะเอนเอียงได้ทันควันคุณชอบให้แฟนคุณยกยอคุณเสมอ และชอบเอาชนะคนอื่น ไม่ค่อยจะแคร์กับความรักที่คนอื่นหยิบยื่นมาให้เอาซะเลย และนี่ก็เป็นข้อเสียนะ

แบบที่ 4 คุณจะเป็นผู้ใหญ่เกินตัว ชอบคิดอะไรจริงจัง โลกส่วนตัวของคุณน่าจะอยู่มากนะ มีความจริงใจที่บริสุทธิ์อยู่เปี่ยมล้น แล้วคุณก็รักแฟนคุณมาก พยายามปรับตัวให้เข้ากับเขาได้เสมอ ใครได้เป็นแฟนคุณล่ะก็ ..โชคดีที่สุดละ





Only the best will do -
for Cataract and
retinal surgery

OPMI Lumera 700

