

เช้าวันที่ ๕ ก.ค. ๕๕ ผมออกจากบ้านตีห้าครึ่ง ไปยังหอประชุมกองทัพเรือ เพื่อทำหน้าที่ในพิธีพระราชทานปริญญาบัตรของมหาวิทยาลัยมหิดล หลังจากลงทะเบียนรับบัตรผ่านระบบรักษาความปลอดภัย ผมก็ขึ้นไปยังห้องโถงรับประทานอาหาร รับอาหารกล่อง โดยผมเลือกข้าวหมูแดง และไปนั่งรับประทานที่โต๊ะเดียวกันและคุยกับทีมจากศิริราช สักครู ศ. พญ. สุวรรณา เรื่องกาณูจนเศรษฐี รองอธิการบดีที่มานั่งและคุยด้วย

เวลานั้นน่าจะ ๗ น. เศษๆ ทันใดนั้นผมรู้สึกเหมือนมีผ้ามาบังตา ตอนแรกคิดว่าแว่นตาเป็นน้ำข้าวหมูแดง ถอดแว่นออกมาดูก็สะอาดดี คิดว่ามันเปื้อนตาหรือขนตา เช็ดด้วยทิชชูก็ไม่หาย ลองบิดตาข้างขวา ตาซ้ายมองเห็นดี ลองบิดตาข้างซ้าย ตาขวาฝ้ามาก และเหมือนมองผ่านกระจกฝ้า บางส่วนเหมือนมีสิ่งที่เป็นเส้นคล้ายขุ่นขนตามาบัง ผมไม่ได้บอกใคร และยังคงอ่านคำถวายรายงานได้โดยไม่มีใครรู้ว่าตอนนั้นผมมีตาเดียวที่ใช้การได้ และอยู่จนตลอดงาน แม้ตอนร่วมโต๊ะเสวยพระกระยาหารกลางวันกับสมเด็จพระเทพรัตนฯ ผมก็ทำหน้าที่ได้ตามปกติ

กลับมาบ้านตอนเย็น จนถึงตอนเช้า อาการยังคงเดิม ไม่หนักขึ้นหรือเบาลง ผมมีประชุมที่มหาวิทยาลัยมหิดลศาลายา เมื่อไปถึงผมขอให้คุณโสภภาพรรณช่วยติดต่อท่านคณบดี ศ. นพ. อุดม ของศิริราช ท่านบอกให้รีบไปศิริราชทันที

ที่ศิริราชผมได้รับการดูแลแบบวีไอพี อ. หมอปริชา สุนทรนันท์ อธิบดีรองอธิการบดี และเวลานี้มาเป็นรองคณบดี มารับพาไปห้องตรวจตาที่ตึกสยามินทร์ ชั้น ๑ และได้รับการตรวจอย่างละเอียดและรอบคอบ แถมยังได้รับเลี้ยงอาหารเที่ยงจาก อ. หมอจุฑาโล ตันท์เทอดธรรม หัวหน้าภาควิชาจักษุวิทยา นอกเหนือจากที่ท่านกรุณารับผมเป็นคนไข้ของท่าน โดยจะต้องขยายม่านตาเพื่อตรวจ แต่สงสัยว่ามุมตรงม่านตาของผมมันน่าจะแคบ และถ้าแคบเมื่อหยอดยาขยายม่านตา ความดันในตาจะสูง เกิดโรคต้อหินแทรกซ้อนตามมา ท่านจึงขอให้ อ. หมออังคณาช่วยตรวจม่านตา ก็พบว่าแคบจริง และตรวจความดันตาปกติ อ. หมออังคณาจึงกรุณาใช้เลเซอร์ป้องกันม่านตาไปกองที่มุมและทำให้เกิดความดันในตาสูง โดยยิง ๒ เครื่อง เครื่องหลังเป็น YAG Laser ทำให้ผมมีประสบการณ์นี้เป็นครั้งแรก ตอนยิง YAG Laser ครั้งแรกไฟมันแรงกระตุกจนผมสะดุ้ง ทั้งๆ ที่ อ. หมออังคณาเตือนแล้วว่าอย่าจับหน่วย

ตอนก่อนยิงเลเซอร์ พยาบาลหยอดยาชาและยาหดม่านตา รอจนม่านตาหดจึงยิงเลเซอร์ ยิงเลเซอร์เสร็จก็ต้องหยอดยาขยายม่านตา พยาบาลบอกว่าต้องรอนานหน่อย เพราะเพิ่งหยอดยาหดม่านตา แต่โชคดี ม่านตาของผมมันไม่ค่อยคือ เขายอมขยายในเวลาไม่นาน และ อ. หมอจุฑาลัย ก็ได้ตรวจตามด้วยเครื่อง slit lamp และวินิจฉัยว่าเป็นโรค vitreous hemorrhage หรือเลือดออกในวุ้นในลูกตา ซึ่งถือว่าเป็นโรคที่ร้ายแรงน้อยที่สุดในกลุ่มโรคที่สงสัย ที่สำคัญคือหายเป็นปกติได้

แต่ผมไม่สามารถตรวจดูจุดที่เลือดออกว่าเป็นอย่างไร เพราะเลือดออกมาก บังหมด มองจอตา (เรตินา) ไม่เห็นเลย แต่ดีตรงที่ตาซ้ายของผมปกติดี ไม่มีร่องรอยของเบาหวานหรือหลอดเลือดเสื่อม (จากความดันโลหิตสูง) หมอพูดกันว่าไม่มีตีสึกมากขึ้นนิดหน่อย ซึ่งก็เป็นปกติสำหรับคนแก่

ตอนเช้า หลังจากไปถึงศิริราชสักครู ท่านคณบดีอุดมก็มาเยี่ยม และทำหน้าที่ญาติผู้ป่วย ชัก อ. หมอจุฑาโลว่าคิดถึงโรคอะไรบ้าง ได้รับคำตอบว่า

๑. เลือดออกในวุ้นในลูกตา ([vitreous hemorrhage](#))
๒. หลอดเลือดอุดตัน ซึ่งอาจเป็นหลอดเลือดดำ หรือหลอดเลือดแดงก็ได้
๓. จอตาลอก ([retina detachment](#))

ผมได้รับคำแนะนำให้พักโดยเลือกได้ ๒ ทาง คืออยู่โรงพยาบาล หรือพักอยู่กับบ้าน ผมเลือกพักอยู่กับบ้านโดยสัญญาว่าจะปฏิบัติตัวเป็นคนไข้ที่ดี หมอห้ามไม่ให้เดินทาง ไม่ใช่สายตาแบบที่ต้องกลอกตาไปมาตลอดเวลา คือการอ่านหนังสือ ห้ามเบ่งอ๊อ ห้ามไอ จาม ร้องออกก่าลัง เดินมากๆ ให้นอนหนุนศีรษะสูง เพื่อให้เลือดตกลงล่าง โดยได้รับคำบอกว่า อาการจะหายภายในเวลาระหว่าง ๔ วันถึง ๑ เดือน และเมื่อเลือดถูกดูดซึมไปจนเหลือน้อยลง ให้ไปตรวจหาร่องรอยสาเหตุที่เลือดออก ส่วนอีกคำสั่งหนึ่งมาจากหมอประจำดวงใจคือสาวน้อย บอกให้หยดกินน้ำมันปลา (fish oil) เพราะมันอาจทำให้เลือดออกง่าย

ชีวิตที่พอเพียง: ๑๖๑๗. ความเจ็บป่วยให้โอกาสอยู่กับตัวเอง (บันทึกตามว ๑)

เขียนโดย ม.ล.ชาญโชติ ชมพูนุท

วันจันทร์ที่ 12 สิงหาคม 2013 เวลา 00:00 น. - แก้ไขล่าสุด วันจันทร์ที่ 12 สิงหาคม 2013 เวลา 11:56 น.

ผมบอกสาวน้อยให้ซื้อผลไม้มากินป้องกันท้องผูก ค่ะวันที่ ๖ เขาจึงเอาผงไฟเบอร์ธรรมชาติที่มีขายเป็นซอง ชื่อ Mucilin มาละลายน้ำให้ดื่ม ดังนั้นเช้าวันที่ ๗ ผมจึงถ่ายคล่องเป็นพิเศษ

ผมเตรียมพักผ่อนสายตา ด้วยการรับรู้ผ่านประสาทหูแทน จึงได้โอกาสเอาเสียงของการประชุมต่างๆ ที่ผมบันทึกด้วย MP3 เอามาเก็บไว้ใน HDD ถ่ายกลับมาลงในเครื่องเล่น MP3 และนอนฟังด้วยความเพลิดเพลินและประเทืองปัญญา

นอกจากนั้น เจ้า iPod รุ่นเก่า ๒ ตัว ที่ไม่ค่อยได้ใช้ ก็ได้มีโอกาสทำหน้าที่ ผมเอามาอัดไฟ และฟังเพลงคลาสสิกของโปรด รู้สึกว่าเพลงไพเราะจริงๆ คงเพราะผมจิตว่าง ไม่ต้องกังวลถึงงานที่จะต้องทำ เพราะต้องปลดการเดินทางและงานต่างๆ ออกไปหมด

การวิ่งออกกำลังกายตอน หอมหามืดชด ให้อรรถนัย เป็นสิ่งที่ทำให้ผมรู้สึกขาดหายไป จึงคิดจะใช้การขี่จักรยานแทน แต่สาวน้อยสั่งห้าม บอกว่าอย่างน้อยให้มันใจว่าเลือดหยุดแน่นอนก่อน

ลูกสาว ๒ คนที่อยู่บ้านเดียวกัน และสาวน้อย รู้ว่าผมเป็นคนแก่ไฮเปอร์ เขาจึงช่วยกันหาทางเกลี้ยกล่อมให้ผมพักผ่อนให้ได้

ผมทดลองสมมติว่าผมตาบอดทั้งสองข้าง ผมจะใช้ประสาทหูเพื่อการรับรู้และเรียนรู้แทนได้แค่ไหน ผมรู้ว่าหากสมมติเป็นจริง งานทั้งหลายก็หายวับไป ผมจะกลายเป็นคนแก่อยู่กับบ้าน เด่วาคงมีคนคอยดูแล ผมจะต้องหาความสุขจากประสาทสัมผัสอื่น ซึ่งตัวสำคัญคือโสตประสาท ผมจึงทดลองหัดฟังเสียงต่างๆ ให้ได้สุนทรีย์ มากกว่าที่ได้ในชีวิตตามปกติ ที่มีช่องทางรับรู้หลายช่องทาง ซึ่งก็คือการฝึกสมาธิอย่างหนึ่งนั่นเอง ไม่ทราบว่าจะอุปาทานหรือไม่ ผมฟังเพลงไดโพรเซชั่น ผมฝึกแยกเสียงเครื่องดนตรี และฝึกสัมผัสความไพเราะของเสียงเครื่องดนตรีแต่ละชนิด ชีวิตสนุกไปอีกแบบ

๗ กรกฎาคม ๕๕ (วันที่ ๓ ของอาการ) อาการตาขาวมัวยังคงเดิม ไม่ดีขึ้นหรือเลวลง แต่สังเกตว่า สิ่งที่ยังตาขาวเป็นข้มเส้นๆ มันหนาตัวขึ้น และช่องว่างระหว่างเส้นกว้างขึ้น ผมพยายามจำภาพสิ่งนี้ เพราะเข้าใจว่าคือก้อนเลือดที่ออกไปอยู่ในวันตา ผมต้องการสังเกตการเปลี่ยนแปลงภายในตาขาว

ผมเอา iPod เก่า 80GB มาเลือกฟังเพลง เพลงในนี้ส่วนใหญ่ได้มาจากความกรุณาของ รศ. ดร. สุกรี เจริญสุข ให้เจ้าหน้าที่ของวิทยาลัยดุริยางคศิลป์ใส่ให้ เมื่อ ๕ - ๖ ปีที่แล้ว ผมคิดว่า iPod ให้เสียงเพลงที่ไพเราะกว่า iPhone 4 ไม่ทราบว่าหูของผมฝาดไปหรือไม่

ตอนเช้าอากาศดี ผมไปนั่งที่ระเบียงหน้าบ้านเพื่อซึมซับธรรมชาติสีเขียวของต้นไม้ สลับกับออกไปนั่งในสนามหญ้าข้างบ้าน ฟังเพลงและรับลมอ่อน ยามเช้าด้วยความสดชื่น ช่วงหนึ่งนกปรอดเขามาร้องบนต้นไม้เสียงชม เด่วาเป็นเสียงเชียร์ของพ่อแม่มก ให้ลูกนกขยันหัดบิน เพราะวันก่อนผมเห็นตัวลูกนกที่บ้านลูกสาว เขาทำรังที่ระเบียงบ้านลูกสาว

ผมลองเข้าไปฟังเพลงจาก YouTube ด้วย iPad ฟังเพลงของ Vanessa Mae ที่เคยอ่านพบว่าร้ายมาก ได้เห็นหน้าตาและการแต่งตัวทั้งตอนเริ่มดั่ง กับเดี๋ยวนี้ ซึ่งเปลี่ยนไปมาก และเพลงและดนตรีก็เปลี่ยนไปเป็น stage show มากขึ้น เด่วาการแสดงดนตรีของเขาคงจะมีฝ่ายต่างๆ มากำหนดมากมาย โดยฝีมือสื่อโวลินของเธอก็น่าชื่นเทพ (ธิดา) ผมฟัง Beethoven Symphony No. 9 ใน YouTube เทียบกับฟังใน iPod พบว่า ใน iPod ไพเราะกว่า

ผมได้โอกาสฝึกตนเอง ให้มีชีวิตอยู่กับโสตสัมผัส มากกว่าจักขุสัมผัส

ชีวิตที่พอเพียง: ๑๖๑๗. ความเจ็บป่วยให้โอกาสอยู่กับตัวเอง (บันทึกตามว ๑)

เขียนโดย ม.ล.ชาญโชติ ชมพูนุท

วันจันทร์ที่ 12 สิงหาคม 2013 เวลา 00:00 น. - แก้ไขล่าสุด วันจันทร์ที่ 12 สิงหาคม 2013 เวลา 11:56 น.

วิจารณ์ พานิช

๘ ก.ค. ๕๕

คัดลอกจาก <http://www.gotoknow.org/posts/497384>