

‘น้ำ’ เปลี่ยน ‘ชีวิต’

การใช้ชีวิตแบบสมบุกสมบันในวัยหนุ่มที่สนุกกับงานและโหมการทำงานอย่างหนัก ลืมแม้แต่เวลาทานอาหารและพักผ่อน ส่งผลให้สุขภาพในช่วงปลายก่อนเกษียณของ **คุณอรุณย์ รัชชิตพิปฏิมา** ซึ่งยึดอาชีพวิศวกร ตั้งแต่เรียนจบจากวิศวกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ต้องพ่วงไว้ด้วยสองโรคภัย คือ เบาหวาน และต่อมลูกหมากโต

สาเหตุที่เป็นเช่นนี้ **คุณอรุณย์** บอกว่า “มาจากการใช้ชีวิตล้นๆ” ... ย้อนไปเมื่อเรียนจบก็เข้าทำงานเป็นวิศวกรคุมโครงการ หน้าที่หลักในแต่ละวันคือ เดินทางออกนอกสถานที่ไปยังไซต์งานต่างๆ ทำให้กว่าจะทานข้าวในแต่ละวันก็ล่วงเวลา 2-3 ทุ่มไปแล้ว

“บ่อยครั้งที่ผู้รับเหมาเอ็นเตอร์เทนเรา ส่วนเราเองก็ต้องเอ็นเตอร์เทนลูกค้า การดื่มสุราและสูบบุหรี่ในช่วงเวลานั้นจึงมีขึ้นแทบจะทุกวัน”

อีกด้านเป็นการทำงานที่ต้องรับผิดชอบและคุมระยะเวลาให้ได้ตามกำหนด ก่อให้เกิดภาวะเครียดกับตัวเองโดยที่ไม่รู้ตัว วันหนึ่ง บริษัทให้พนักงานทุกคนตรวจสุขภาพประจำปี ทำให้ **คุณอรุณย์** ได้รับข่าวที่ไม่ค่อยดีนักในวัยเพียง 40 ปีเศษในขณะนั้น

“พอตรวจครั้งแรกก็เจอเลย เบาหวาน ค่าน้ำตาลขึ้นไปถึง 120 คุณหมอจึงเตือนให้ระมัดระวังเรื่องการรับประทานอาหาร และให้ออกกำลังกาย เพราะมีความเสี่ยงสูงที่จะเป็นโรคเบาหวาน”

แต่ทุกอย่างก็ยังคงดำเนินไปเช่นเดิมทั้งเรื่องงาน และการใช้ชีวิต เพียงแต่ต้องไปพบแพทย์ตามเวลานัดหมายอย่างต่อเนื่อง

กระทั่ง ต่อมา **คุณอรุณย์** ต้องเผชิญกับภาวะปวดหลังจนเดินไม่ได้ เมื่อเดินทางไปพบแพทย์ด้านกระดูกก็ได้รับความว่า กระดูกสันหลังกร่อน ต้องเข้ารับการผ่าตัดในทันที

คุณอรุณย์ ไม่สามารถลุยงานหนักได้เช่นเดิมด้วยภาวะปวดหลัง จนกระทั่งเกษียณได้ 2-3 ปี ก็ต้องพบกับปัญหาปัสสาวะขี้ดๆ และบางครั้งปัสสาวะไม่ออกจากโรคต่อมลูกหมากโต

“ทุกๆ คืนจะทรมานมาก เพราะปวดและปัสสาวะไม่ออกด้วยปัญหาท่อปัสสาวะบีบรัด แต่เมื่อไปหาหมอก็ดีขึ้น”

ตารางชีวิตของ **คุณอรุณย์** ภายหลังเกษียณก็คือ การเดินทางไปพบแพทย์ตามนัด ทั้งเรื่องเบาหวาน กระดูก และต่อมลูกหมาก พร้อมกับทานยาอย่างต่อเนื่อง

สิ่งที่ “เปลี่ยน” ชีวิต **คุณอรุณย์** เกิดขึ้นภายหลังที่ได้รับคำแนะนำจากรุ่นน้องของภรรยา ให้รู้จัก น้ำปรับโมเลกุล และให้เข้าไปรับฟังข้อมูล ซึ่งพื้นฐานและมุมมองของวิศวกร ที่ยังไม่เชื่อเต็มร้อย จึงพร้อมหาข้อพิสูจน์

“ผมคิดว่า ไปฟังก็ไม่เสียหาย เมื่อฟังแล้วก็เลยลองซื้อเครื่องปรับโมเลกุลน้ำ กลับมาทำน้ำดื่มที่บ้าน ซึ่งต่อมา การขับถ่ายดีขึ้น ท้องไม่ผูก นอนหลับลึกและยาวขึ้น เมื่อถึงเวลาไปพบหมอตตามนัด คุณหมอ ถามว่า... ไปทำอะไรมา ค่าน้ำตาลลดลง ... ส่วนภรรยาผมที่เป็นภูมิแพ้ก็ดีขึ้น เรียกว่า เปลี่ยนชีวิตเราเลยก็ว่าได้”

ทุกวันนี้ **คุณอรุณย์** ทานยาลดลงจากเดิมจาก 3 ตัว เหลือเพียงตัวเดียว และพบคุณหมอตตามนัดด้วยระยะเวลาที่ห่างขึ้น จาก 2 เดือนครั้ง ก็ปรับเป็น 4 เดือนครั้ง นอกเหนือจากนี้แล้วอาการที่เกิดขึ้นอย่างไม่คาดคิดมาก่อน จากการไปเล่นกอล์ฟ กีฬาโปรดของทั้ง **คุณอรุณย์** และภรรยา ก็ดีขึ้น

“จะมีเม็ดผดผื่นคันขึ้นมา หลังจากเล่นกอล์ฟ แม้จะอาบน้ำที่คลับเฮาส์ของสนามกอล์ฟแล้ว แต่ยังคงกลับมาอาบน้ำที่บ้านอีก ผมจึงลองใช้น้ำปรับโมเลกุลมาราดทั้งหัวและตัวตอนเริ่มอาบน้ำ และรดอีกครั้งเป็นน้ำสุดท้าย อาการคันก็ค่อยๆ ลดลง”

“ส่วนอีกอาการเกิดขึ้นจากที่ วันหนึ่งเหงื่อไหลเข้าตาแล้วคัน เลยใช้หลังมือขยี้เปลือกตาแล้วใช้ผ้าซับเหงื่อ รุ่งขึ้นตื่นมามีขี้ตาที่ตาซ้าย วันที่สองมีอาการคัน และมีปมเล็กๆ บนเปลือกตาเพิ่มขึ้นมา จึงใช้ยาล้างตาทั้งเช้า-เย็น แต่เมื่อกี้ดีขึ้นอีก เป็นอยู่หลายวันไม่หายเลยต้องไปหาหมอ ปรากฏว่า เป็นตาถุงยิง คุณหมอแนะนำให้ผ่าเอาเชื้อออก แต่หลังจากนั้นก็กลับมาเป็นอีก แล้วยังมีปมแดงๆ และมีหนองด้วย เลยต้องผ่าตัดรอบ ต่อมาก็เป็นที่ตาขวาอีกข้างนึง คราวนี้ผมจึงลองนำน้ำปรับโมเลกุลที่เพิ่งทำเสร็จใหม่ๆ ใส่ถ้วยแล้วกรอกตาในน้ำครึ่งนาที ทำแบบนี้ไปสักกระยะหนึ่ง อาการก็ค่อยๆ ดีขึ้น”

เมื่อถามถึงสาเหตุของอาการที่เกิดขึ้น **คุณอรุณย์** คิดว่า “อาจเกิดจากสารเคมีและยาฆ่าแมลงที่ใช้ดูแลหญ้าในสนามกอล์ฟ ซึ่งติดมากับลูกกอล์ฟที่สัมผัสกับหญ้า มือที่หยิบ ผ้าซับเหงื่อที่สัมผัสกับมือ และไม้กอล์ฟ การใช้น้ำปรับโมเลกุล มีส่วนช่วยให้อาการของผดผื่นตามลำดับ ไม่ต้องไปหาหมอบ่อยๆ อีก”

ชีวิตที่ “เปลี่ยน” ไปในทางบวกครั้งนี้ของ **คุณอรุณย์** นำมาซึ่ง “รอยยิ้ม” และ “การส่งต่อ”

“เมื่อผม ภรรยา และทุกคนในครอบครัวได้ดื่มแล้วรู้สึกดีกับตัวเอง ก็ส่งต่อให้เพื่อนบ้านได้ทดลอง อย่างข้างบ้าน เป็นเบาหวาน ก็ทำน้ำปรับโมเลกุลใส่ขวดเอาไปให้ดื่ม เขาก็บอกว่าดี ในบ้านหลังถัดไป ป่วยเป็นสะเก็ดเงิน ผมให้ไปทั้งดื่มและอาบ ใช้เวลากระยะหนึ่งก็มีอาการดีขึ้นแล้ว” **คุณอรุณย์** กล่าว พร้อมรอยยิ้ม กับเรื่องราวดีๆ ที่เกิดขึ้นกับตัวเองและคนรอบข้าง



คุณอรุณย์ รัชชิตพิปฏิมา

