

## ผงซุรสนั้นสำคัญไฉน

ในทุกๆวันตอนเช้า ก่อนที่คนไข้จะเข้าห้องตรวจกับคุณหมอ พี่หัวหน้าตึกโรคเรื้อรังก็จะมีการสอน การแนะนำให้คนไข้ปฏิบัติให้เหมาะสมกับโรค ทานยาให้เหมาะสม อยู่โรคให้มีความสุข

ทำทุกสิ่งทุกอย่างให้สมดุล อย่าทำอะไรที่ต้องรีบร้อน ทำใจให้สบาย การมาโรงพยาบาลก็เหมือนกันไม่ต้องรีบ อย่างเช่น บางคนไม่มีเจาะเลือดควรที่จะมาสาย ไม่ต้องมาแต่เช้าไม่ต้องเร่ง แนะนำทุกสิ่งทุกอย่างการปฏิบัติให้ถูกสุขลักษณะ การรับประทานให้เหมาะกับโรค อย่างคนไข้ความดันโลหิตสูง ไม่ควรทานอาหารที่มีรสเค็ม งดทานอาหารหมักดอง เครื่องปรุงรสต่างๆเช่น ผงปรุงรสฟ้าไท คะนอร์ ซอส ซีอิ๊ว ผงซุรส พอพูดถึงผงซุรสทุกคนต่างหัวเราะเสียงดัง ต่างคนต่างพูดออกมาว่า งดไม่ได้หรอก เลิกไม่ได้หรอก ไม้ใส่ก็ไม่แซบ ไม้ซ้อมาเขาก็ไม่ได้ขายนะ ทำไมคนไข้ถึงได้ติดยาอะไรขนาดนั้น แต่พี่หัวหน้าตึกก็ได้เปรียบเทียบกับ คนญี่ปุ่น เขาผลิตผงซุรสออกมาให้เราของละ ๕ บาท แต่ที่ประเทศเขา เขาผลิตเครื่องฟอกไตไว้ให้เราเครื่องล้าน เขานะฆ่าเราทางอ้อมรู้ไม่ผงซุรสที่แน่ตัวดีที่ทำให้ไตของเราทำงานแย่ลง มีใช่แต่ผู้ใหญ่ถ้าเด็กๆได้รับเข้าไปเรื่อยๆในระยะนานก็ทำให้เป็นโรคไตได้เช่นกัน ดังนั้นเราควรเลิกผงซุรสเพื่อเป็นผลดีต่อสุขภาพของเรา ต่อคนที่เรารัก เพื่อที่จะได้อยู่ด้วยกันนานๆ อยู่แบบมีความสุข อยู่แบบห่างไกลโรคภัย