



## รายงานบทสัมภาษณ์: นพ. อนันต์ เมนะรุจิ แพทย์สาขาเวชกรรม

อาชีพหมอเป็นอาชีพที่ต้องทำงานหนัก อย่างน้อยอาทิตย์ละ 2 วันที่จะต้องตื่นนอน และรีบไปดูแลคนไข้ที่โรงพยาบาล ตั้งแต่ 6 โมงเช้า เลิก 5 โมงเย็น บางวันอยู่เวร ไปถึง 1 ทุ่ม เป็นงานที่ต้องสัมผัสกับความเจ็บป่วยตลอดเวลา อยู่ในภาวะที่เสี่ยงต่อการติดเชื้อได้มากกว่าคนปกติ โดยเฉพาะการติดเชื้อทางเดินหายใจ

รู้จักน้ำคีม MRET จากการไปร่วมสัมมนาที่สมาคมแพทย์ อาการป่วยของตนคือเป็น โรคมุมิแพ้ เกิดจากการปฏิบัติงานที่หนักเกินกว่าวัยตนเอง (อายุ 67 ปี) สิ่งที่เป็นปัจจัยเสริมก็คือการนอนพักผ่อนไม่เพียงพอ ทำให้มีอาการของภูมิแพ้คือคันตามฝ่ามือ เป็นผื่นแดง ไอจามหวัดบ่อยๆ จนกระทั่งบางครั้งหอบ ซึ่งเมื่อคีมน้ำ MRET ไป 2 เดือน อาการเหล่านี้ก็หายไป จำนวนเม็ดเลือดที่เคยต่ำก็เป็นปกติ

หมอเคยเป็นมะเร็งต่อมลูกหมากแต่รักษาหายแล้ว เป็นมา 3 ปีกว่าๆ ก่อนรู้จักน้ำ MRET รักษาโดยการผ่าตัดและดูแลร่างกายด้วยธรรมชาติบำบัด และติดตามผลดูระดับ ทูเมอร์มาร์คเกอร์

(Tumor Marker) ที่เรียกว่า PSA ในเลือด ขณะนี้ระดับ PSA เป็นศูนย์ ด้วยประสบการณ์ของหมอ อาการของมะเร็งเป็นเรื่องที่ไม่แน่นอน คนที่จะเป็นมะเร็งกว่าจะทราบว่าเป็นมะเร็งก็มีอาการนับ 10 ปี จากเซลล์มะเร็งขยายจาก 1 เป็น 2 จาก 2 เป็น 4 จาก 4 เป็น 8 จาก 8 เป็น 16 ที่พบบ่อยๆก็คือมะเร็งของลำไส้ใหญ่ ผ่าตัดไปแล้ว 3 ถึง 4 ปี ก็กลับมาเป็นใหม่ และที่อยู่ไม่นานก็เสียชีวิตแม้ว่าจะรักษาทั้งแพทย์แผนปัจจุบันและแพทย์ผู้เชี่ยวชาญ จากประสบการณ์การรักษาผู้ป่วยมะเร็งก็ใคร่ขอแนะนำว่าทุกคนที่เข้าวัยกลางคนและวัยทอง ควรต้องเฝ้าระวังตน เรื่องภาวะมะเร็งในระดับเลือดที่นิยมเรียกกันว่า Tumor Marker เมื่อพบว่ามีความสูงค่าผิดปกติก็ควรพบแพทย์ สิ่งที่จะต้องปฏิบัติก็คือการป้องกันซึ่งดีกว่าการรักษา เมื่อเป็นมากก็จะรักษายาก

ควรปฏิบัติดังนี้

- คีมน้ำ MRET มากๆ 1000-2000 cc. ต่อวัน
- งดอาหารเนื้อทุกชนิด ยกเว้นเนื้อปลา
- ทานผักผลไม้แต่ละมื้อให้ได้มากๆ อย่างน้อยประมาณ ครั้งหนึ่งของอาหารแต่ละมื้อ
- ออกกำลังกายสม่ำเสมออย่างน้อยอาทิตย์ละ 3-5 วัน
- ขึ้นต่อไปอาจปฏิบัติยากก็คือ การฝึกหายใจด้วยท้อง หายใจเข้า-ท้องพอง หายใจออก-ท้องยุบ
- หลีกเลี่ยงความเครียดในชีวิตประจำวัน

พบว่าสามารถลดค่า Tumor Marker จนเป็นปกติ ไม่เป็นมะเร็งได้ นอกจากจะคีมน้ำ MRET แล้ว ยังใช้น้ำ MRET รดต้นไม้ โดยเฉพาะต้นไม้ที่งอกใหม่หรือต้นไม้ที่ใกล้จะตาย ปรากฏว่ากลับเจริญเติบโตกว่าต้นไม้อื่น

คนไข้หลายรายอาการดีขึ้นเมื่อใช้น้ำ MRET เสริมการรักษา ได้แนะนำคนไข้ให้คีมน้ำ MRET เท่าที่ปฏิบัติตามนี้มา 1-2 เดือน มีผู้ป่วยไตวาย 2 รายที่คีมน้ำ MRET ประจำอาการดีขึ้นมาก หน้าตาแจ่มใส

ผู้ป่วยโรคหืดหอบ คีมน้ำ MRET แล้วอาการหอบหายไป แต่ไปหยุดคีมกลับมีอาการหอบอีก ขณะนี้แนะนำให้คีมวันละ 5-8 แก้ว เป็นเวลา 6 เดือนติดต่อกัน

ผู้ป่วยโรคตับแข็งก็มีอาการดีขึ้น ค่าของ LFT เป็นปกติ

สำหรับตนเอง ปัจจุบันก็ยังคีมน้ำ MRET โดยเฉพาะถ้าไปออกรอบติ๊กอล์ฟหรือไคร์ฟกอล์ฟก็จะพกน้ำ MRET ไปด้วย เมื่อคีมแล้วทำให้รู้สึกสดชื่น แข็งแรงขึ้น ติ๊กอล์ฟได้ไกลขึ้นไม่รู้สึกเหนื่อย