

บทที่
1

ตอน ไปหาคุณยาย

10
15

พวกเรา
ไปเยี่ยมคุณยาย
ที่อาศัยอยู่
บ้านใกล้ทะเล
และไป
เก็บส้มกัน

ชายหาด
สวยจังเลย

วิว
ทะเลๆ

อยาก
เล่นน้ำจัง

ได้กลิ้งเค็ม
ด้วย

คุณยาย
คือตัวเอก
ของเรื่อง

อยู่
ป.5
ค่ะ

เป็นแม่ของคุณแม่
เรโมะ หรือก็คือ
คุณยายนั่นเอง

ส่วนคุณตาเสียชีวิต
เมื่อ 9 ปีก่อน
ตอนนี้คุณยาย
จึงอยู่ตัวคนเดียว

วันนี้น้องชาย
ของเรโมะ
ก็มาด้วย



เรโมะ
(11 ขวบ)



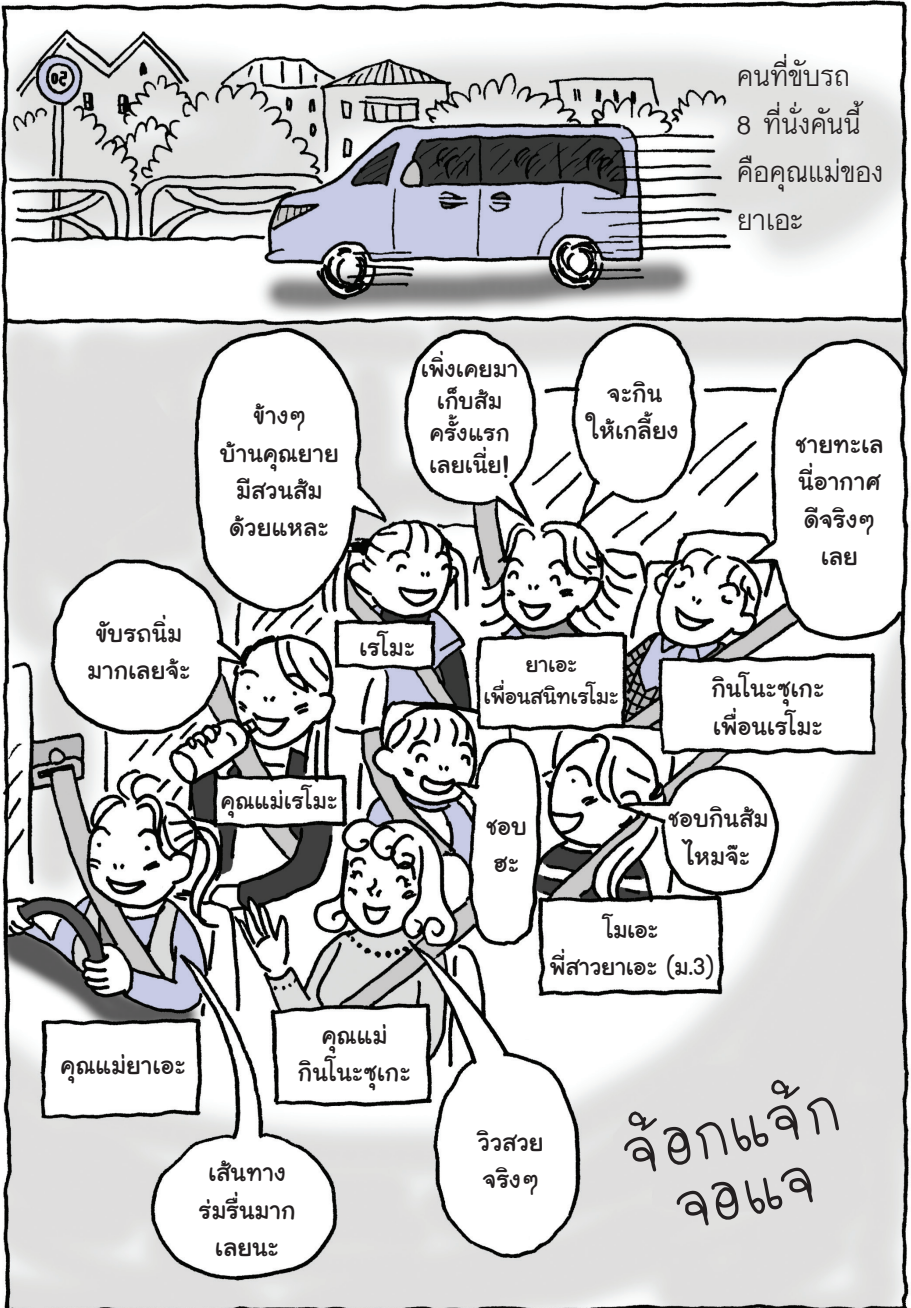
คุณแม่ของ
เรโมะ
(42 ปี)

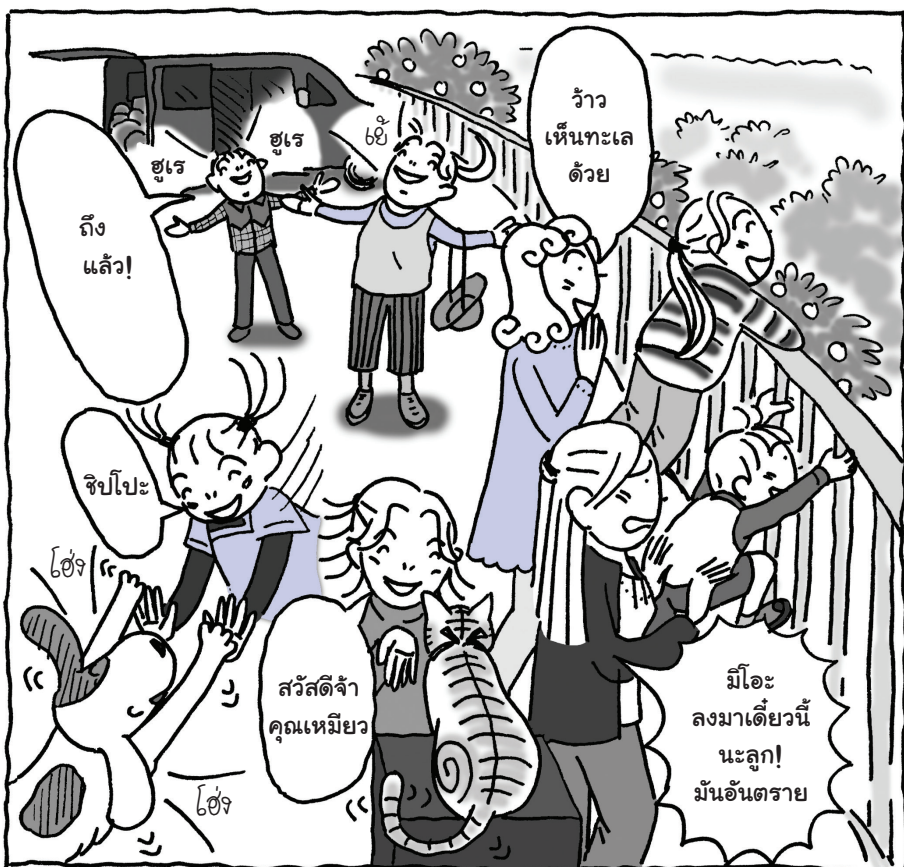


คุณยาย
(79 ปี)

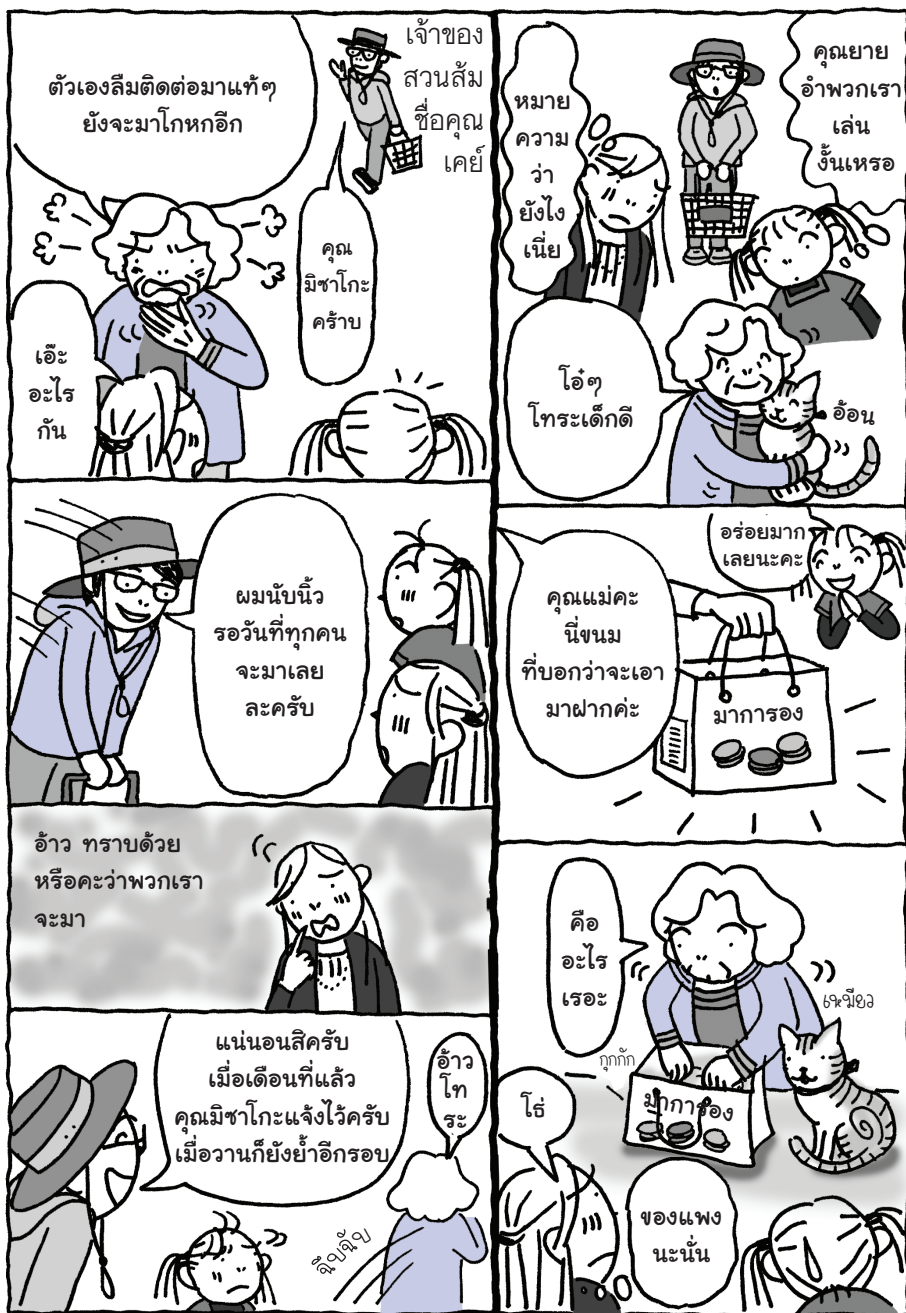


มีโอะ
(4 ขวบ)

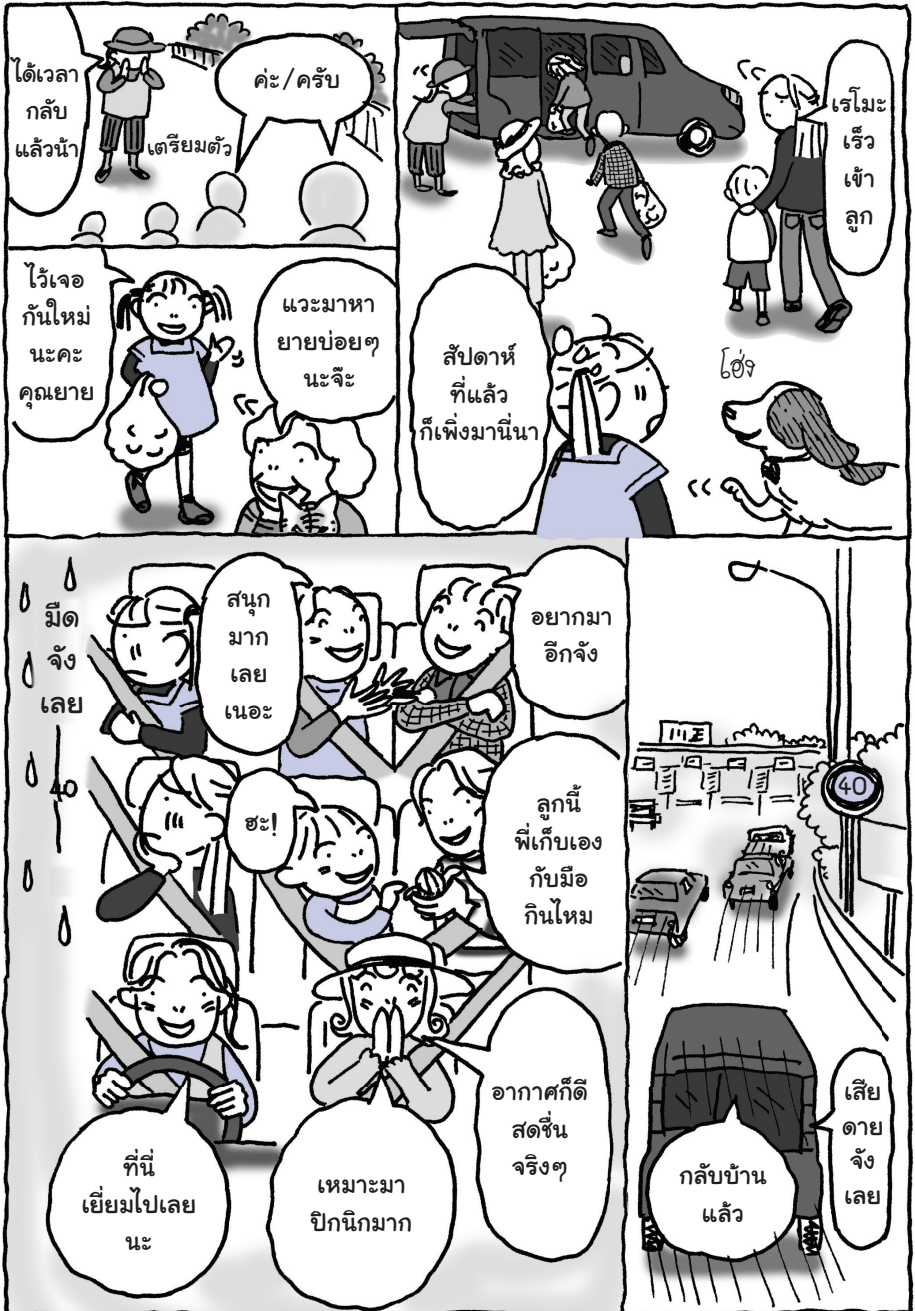














ปาร์ตี้หลังเก็บส้ม

สองชั่วโมงถัดมา เรโมะและทุกคนกลับถึงเมืองที่อาศัยอยู่โดยสวัสดิภาพ



"ขอบคุณที่ช่วยไว้ให้นะ วันนี้ทุกคนน่าจะเหนื่อยแล้ว ถ้าย่างไรเราซื้อข้าวมาจัดปาร์ตี้มือเย็นด้วยกันไหม"



"น่าสนใจนะ ไปบ้านใครดีล่ะ"



"วันนี้มาที่บ้านฉันดีไหม"



"ได้จ่ะ"



"ค่อแห้งไปหมดแล้ว อยากดื่มเบียร์จัง"

ด้วยเหตุนี้ ทุกคนจึงแยกย้ายกันไปซื้อของกลับมา บนโต๊ะเต็มไปด้วยพิซซ่าชีส อาหารอิตาเลียน และขนมปังหลากหลายชนิด เด็กๆ ดื่มน้ำผลไม้และน้ำอัดลม ส่วนผู้ใหญ่ ดื่มเบียร์ ไวน์ และชาอุ่นๆ



"วันนี้สนุกมากเลยนะ"



"เกิดมาเพิ่งเคยเก็บส้มเป็นครั้งแรกเลยจ่ะ ประทับใจมาก"



"คุณแม่เรโมะตั้งแต่ไปถึงก็ดูไม่สดชื่นเลย เป็นอะไรหรือเปล่า"



"อืม...ก็คุณแม่ฉันดูแปลกไปนะสิ"



"แปลกยังไงหรือ"

คุณแม่ยาเอะเคยเจอคุณยายหลายครั้งแล้ว ไม่ว่าจะเป็นตอนคุณยายมาที่แมนชั่น ตอนไปเที่ยวสวนสนุก ไปพิพิธภัณฑ์สัตว์น้ำ หรือไปท้องฟ้าจำลองด้วยกัน สำหรับคุณแม่ยาเอะ คุณยายไม่ใช่คนแปลกหน้า



"ฉันเพิ่งเคยเจอครั้งแรก ก็เลยไม่รู้ว่าจะแปลกยังไง"



"ก็เมื่อวานตอนเย็น ฉันโทรไปบอกแล้วว่าพรุ่งนี้พวกเราจะไปหา"



"ตายจริง เลยต้องรบกวนท่านด้วย ขอโทษนะจ๊ะ"



"ไม่ใช่อย่างนั้นหรอกจ้ะ ตอนโทรศัพท์คุยกับคุณแม่ คุณแม่บอกว่าจะตั้งตารอ แต่วันนี้กลับหาว่าฉันไม่ได้โทรไปบอกก่อน"



"จำวันผิดหรือเปล่า"



"ไม่น่าจะใช่ซะ เพราะคุณแม่ดูโกรธมาก และบอกว่าย่ามามากะทันหัน ให้บอก ล่วงหน้าด้วย"



"ฉันไม่เคยเห็นคุณแม่เธอโกรธมาก่อนเลย"



"ก็ใช่ะสิ ปกติไม่ใช่คนกระซอกซอกฮากเสียด้วยซ้ำ"



"เป็นเพราะโทรบอกล่วงหน้าแค่วันเดียวหรือเปล่า"



"เปล่าสักหน่อย ฉันเคยบอกตั้งแต่เดือนที่แล้ว สัปดาห์ที่แล้วตอนเจอกันก็ย้า อิกนะ เมื่อวานก็ด้วย บอกไปแล้วตั้งหลายครั้ง"



"หรือว่าลืมเรื่องที่คุยกันเมื่อวาน"



"ไม่ได้ตั้งใจฟังหรือเปล่า อาจกำลังทำอย่างอื่นอยู่แล้วเอ่อออกไปเรื่อย"



"ไม่นะ คุณแม่ก็ตอบรับเป็นมันเป็นเหมาะว่าตั้งตารอวันพรุ่งนี้"



"พออายุมากขึ้นก็ซี้หลังซี้ลิ้มแบบนี้แหละ ฉันเองก็ซื่อของมาซ้ากันบ่อยๆ"



"จริงด้วยนะ ฉันเองถ้าเทียบกับเมื่อก่อนก็รู้สึกว้าซี้ลิ้มมากขึ้น"



"แม่สะ ปวดฉี่!"

มิโอะวิ่งมาหน้าตาตื่น



"ฉันพาลูกไปเข้าห้องน้ำก่อน รอเดี๋ยวนะ"

เมื่อคุณแม่เรโม่กลับมา คุณแม่กินโนะซุเกะที่นั่งคิดอยู่นานก็เอ่ยขึ้น



"เอ...หรือว่าจะเป็นภาวะสมองเสื่อม"

คุณแม่เรโม่และคุณแม่ยาเอะหัวเราะ



"ไม่เอา่น่า คิดมากไปแล้ว คงแค่หลงลืมนั่นแหละ"



"คิดไปไกลแล้ว ฮ่า ๆ"



"สามีฉันเป็นจิตแพทย์ก็เลยพอรู้อะไรพวกนี้บ้าง ลองไปที่โรงพยาบาลสามีฉันแล้วให้หมอตรวจสักครั้งไม่ดีกว่าหรือ ถึงแม้ไม่เป็นอะไรก็ไม่เสียหายนะ"

คุณแม่ยาเอะและคุณแม่เรโม่มองหน้ากัน



"ก็จริง อย่างน้อยมีคนรู้จักก็สบายใจไปเปละหนึ่ง อยู่ ๆ จะไปพบแพทย์แผนกประสาทวิทยาเลยก็กระไรอยู่ไหมล่ะ"



"คุณพ่อฉันก็มีภาวะสมองเสื่อม แต่อาการไม่เหมือนคุณแม่เธอเลยนะ"



"ภาวะสมองเสื่อมระยะเริ่มต้นสังเกตได้ยากนะ อาจเป็นระยะภาวะถดถอยทางสมองก็ได้"



"ภาวะถดถอยทางสมอง! มีโรคนี้ด้วยหรือ"



"คุณพ่อเธอมีอาการพูดเรื่องเดิมซ้ำ ๆ ซ้ำของซ้ำ ๆ กัน หรือลืมเรื่องที่พูดบ้างไหมจ๊ะ"



"เดี๋ยวนะ อาการแบบนี้พวกเราก็เป็น พออายุมากขึ้นก็ขี้ลืมมากขึ้นเป็นธรรมดาไม่ใช่หรือ"



"จริงอยู่ที่อาการแรกเริ่มคล้ายกัน ฉันเข้าใจว่าการที่คนในครอบครัวมีภาวะแบบนี้เป็นเรื่องยอมรับได้ยาก แต่ถ้าไปตรวจให้ชัดเจนก็จะดีกับเจ้าตัว แอมยังมียาช่วยบรรเทาอาการด้วยนะ"



"ก็จริงของเธอ ฉันไม่เคยนึกถึงมาก่อนเลย อาจเป็นโรคนี้ก็ได้"



"จะเป็นไปได้ไหมนะ"



"ช่วงนี้คุณแม่เอาแต่พูดเรื่องเดิม ๆ ฉันก็นึกว่าเพราะอยู่ห่างกันเลยพูดย้ำบ่อย ๆ จะได้ไม่ลืม"



"คุณแม่เธออยู่คนเดียวใช่ไหมล่ะ ท่านคงตั้งใจจะพูดทุกครั้งที่เจอกันเท่านั้นหรือเปล่า"

ตอนนั้นเอง โมเอะ พี่สาวยาเอะ ก็เดินเข้ามา



"หนูต้องกลับไปอ่านหนังสือสอบแล้วละ วันนี้เที่ยวเล่นทั้งวันยังไม่ได้เริ่มอ่านเลย"

คำพูดของโมเอะเป็นสัญญาณว่างานเลี้ยงถึงเวลาเลิกไปแล้ว ทุกคนจึงช่วยกันเก็บกวาด



"วันนี้ถ้าสามีมักกลับมาแล้วจะลองคุยดูนะจ๊ะ ถ้าเป็นไปได้อยากให้สามีเธอช่วยดูให้หน่อย"

คุณแม่โมะพูดพลางค้อมศีรษะ



"ได้เลยจ๊ะ ไว้จะบอกสามีฉันให้แน่"

หรือคุณยายจะมีภาวะสมองเสื่อมจริง ๆ ถ้าอย่างนั้นลองไปปรึกษาหมอที่เชี่ยวชาญด้านอาการหลงลืมดีกว่า ซึ่งส่วนใหญ่ประจำอยู่แผนกจิตเวช ศูนย์เวชศาสตร์ฟื้นฟู ศูนย์สมองและระบบประสาท สถาบันประสาทวิทยา และฝ่ายเฉพาะทางด้านประสาทศัลยศาสตร์



นินจาเหมียว ไขข้อข้องใจ

1



Q

ในวันอากาศหนาวจัดจนหิมะตก
คุณยายกลับใส่ชุดราวอยู่ในฤดูร้อน
คุณยายไม่หนาวหรือ

A

เมื่ออายุมากขึ้น ร่างกายจะรับรู้ถึง
ความร้อนหรือหนาวได้น้อยลง หาก
ภายนอกอุณหภูมิต่ำแล้วปล่อยให้
ร่างกายหนาวเย็นจะเป็นหวัดได้ง่าย
ควรให้คุณยายใส่เสื้อคลุมหนาๆ และ
คอยเช็คเสื้อผ้าคุณยายด้วย

Q

พอเปิดเตาอบก็พบว่ามีแฮมพู
ฟองน้ำล้างจาน และหวีอยู่ข้างใน
นี่คุณตาจะอบกินอย่างนั้นหรือ

A

บางครั้งผู้สูงวัยอาจลืมว่าของขึ้นไหน
ต้องเก็บที่ใด ถึงดูตาไปเจ้าตัวก็ไม่จำ
คอยสังเกตแล้วนำไปเก็บที่เดิมให้ดีกว่า



Q

พรุ่งนี้มีนัดตรวจสุขภาพ แต่ยายังเหลือเยอะก็เลยกินให้หมดทีเดียวจะเป็นอะไรไหม

A

ไม่ได้เด็ดขาด คุณยายอาจเผลอกินยาจนหมดเพื่อเตรียมรับยาชุดใหม่ หากเกิดเหตุการณ์นี้ขึ้นต้องรีบโทรหาเภสัชกรเพื่อขอคำปรึกษาทันที ยาบางชนิดหากกินมากเกินไปในครั้งเดียวอาจต้องรีบพาลไปล้างท้องที่โรงพยาบาลโดยด่วน

ทำตารางการกินยา
หรือจัดยาใส่ตลับ
เขียนวันที่กำกับไว้
ช่วยให้ไม่ลืมกินยาได้นะ
หรือให้เภสัชกรแยกยาเป็นซอง
สำหรับกินต่อครั้งก็ได้



หากในหนึ่งมือ
ต้องกินยาหลายชนิด
แล้วมักลืมนว่ากินชนิดไหนแล้วบ้าง
ลองจัดเป็นซองสำหรับกิน
เช้า กลางวัน เย็น ก่อนนอน
หรือจะเขียนวันเวลา
เช่น เช้า กลางวัน
กำกับไว้ด้วยก็ได้นะ

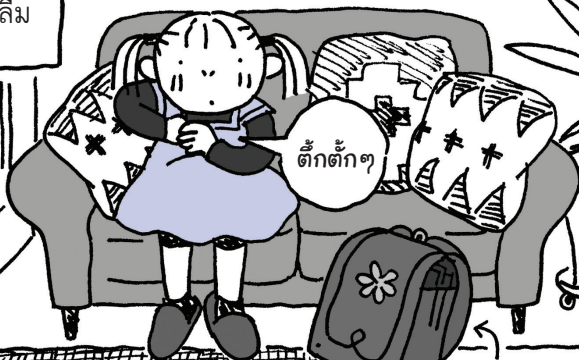


¹ดูคำอธิบายเพิ่มเติมหน้า 121

พอกับแม่
พาคุณยาย
ไปตรวจ
อาการหลงลืม



6 จี ย บ จี



ตอนเช้าก่อนไปโรงเรียน

แม่บอกพ่อว่า
"อาการหลงลืม
ของคุณยาย
ผิดปกติ"



คุณพ่อของ
กินโนะซุเกะ
เป็นจิตแพทย์
จึงขอให้ช่วยตรวจให้
พอเลยต้องหยุดงาน
ออกไปรับคุณยาย
แต่เช้าตรู่



จะลืมฉัน
ด้วยหรือ
เปล่านะ







คาถาเคลือบยาย!





ทำแบบทดสอบสะเซะกะวะ เพื่อตรวจภาวะสมองเสื่อมที่โรงพยาบาล

ที่นี่คือห้องตรวจอาการหลงลืมในโรงพยาบาลที่นายแพทย์คุระตะประจำอยู่



"ถ้าอย่างนั้นจะเริ่มทำการทดสอบสะเซะกะวะ¹เลยนะครับ"



"จ๊ะ"



"อายุเท่าไรครับ"



"79 ปีจ๊ะ" (ตอบเสียงดังฟังชัด)



"วันนี้วันที่เท่าไรครับ"



"วันที่เท่าไรหรือ ฉันใช้ชีวิตโดยไม่สนวันเวลาก็เลยไม่รู้หรอก"



"เข้าใจแล้วครับ ตอนนี้พวกเราอยู่ที่ไหนครับ"



"โรงพยาบาลจ๊ะ"



"ใช่ครับ ต่อจากนี้ผมจะพูดคำ 3 คำแล้วจะถามทีหลัง ให้คุณยายจำว่ามีคำว่าอะไรบ้างนะครับ"



"ซากุระ แมว รถไฟ"



"ซากุระ แมว รถไฟ ใช่ไหมจ๊ะ"



"ครับผม คุณยายครับ 100 ลบออก 7 ได้เท่าไรครับ"



"อืม...ฉันไม่ค่อยเก่งเลขนะ 100 ลบ 7 ก็ 93"



"ถูกต้องครับ นั่น 93 ลบ 7"

¹ เป็นวิธีทดสอบอย่างง่ายที่คิดค้นโดยนายแพทย์คุซุโอะ สะเซะกะวะ มีอีกชื่อว่าแบบประเมินภาวะสมองเสื่อมแบบสะเซะกะวะ



"86"



"ลบออกอีก 7"



"โธ้ย ไม่รู้แล้วจะ"



"ยากใช่ไหมครับ"



"จ๊ะ"



"ต่อไปให้พูดเลขที่ผมบอกสลับกันนะครับ"



"พูดสลับยังไงจ๊ะ"



"ให้พูดกลับหลังนะครับ พร้อมนะครับ 6-8-2"



"2 6 แล้วก็ 8 ใช่ไหมจ๊ะ"



"ครับผม ถูกต้องครับ ยังจำได้ไหมครับว่า 3 คำที่ผมให้จำในตอนแรกมีคำว่าอะไรบ้าง"



"เอ...ซากุระ แล้วก็..."



"คำใบ้คือเป็นสัตว์ชนิดหนึ่งครับ"



"อ๊ะ! แมวใช่ไหม"



"ครับผม แล้วคำสุดท้ายล่ะครับ"



"คำสุดท้ายคืออะไรนะ"



"คำใบ้คือยานพาหนะครับ"



"จักรยาน!"



"รถไฟต่างหากครับ"



"อ้าว อย่างนั้นหรือจ๊ะ"



"เออละครับ ต่อไปจะให้ดูสิ่งของ 5 อย่าง แล้วให้คุณยายจำว่ามีอะไรบ้างนะครับ"

บนโต๊ะมีนาฬิกา หวี กรรไกร ปากกา และกุญแจวางเรียงกัน จากนั้นคุณหมอก็ก้มใส่ลิ้นชัก



"มีอะไรบ้างครับ"



"มีนาฬิกา กรรไกร กุญแจ แล้วก็...เอ่อ มีปากกาด้วย"



"อีกชิ้นหนึ่งคืออะไรครับ"



"ลืมแล้วจ๊ะ"



"ต่อไปเป็นขั้นตอนสุดท้ายครับ ให้คุณยายลองบอกชื่อผักเท่าที่จำได้มานะครับ"



"กะหล่ำปลี ไข่เต๋า กระเทียม ผักกาดขาว มันฝรั่ง มันเทศ มะเขือเทศ พักทอง มะระ แล้วก็โคมะสึนะ"



"พอแล้วครับ คุณยายจำชื่อผักได้เยอะเลยนะครับ งั้นเรามาดูภาพเอ็มอาร์ทีที่ถ่ายเมื่อสักครู่กันนะครับ"

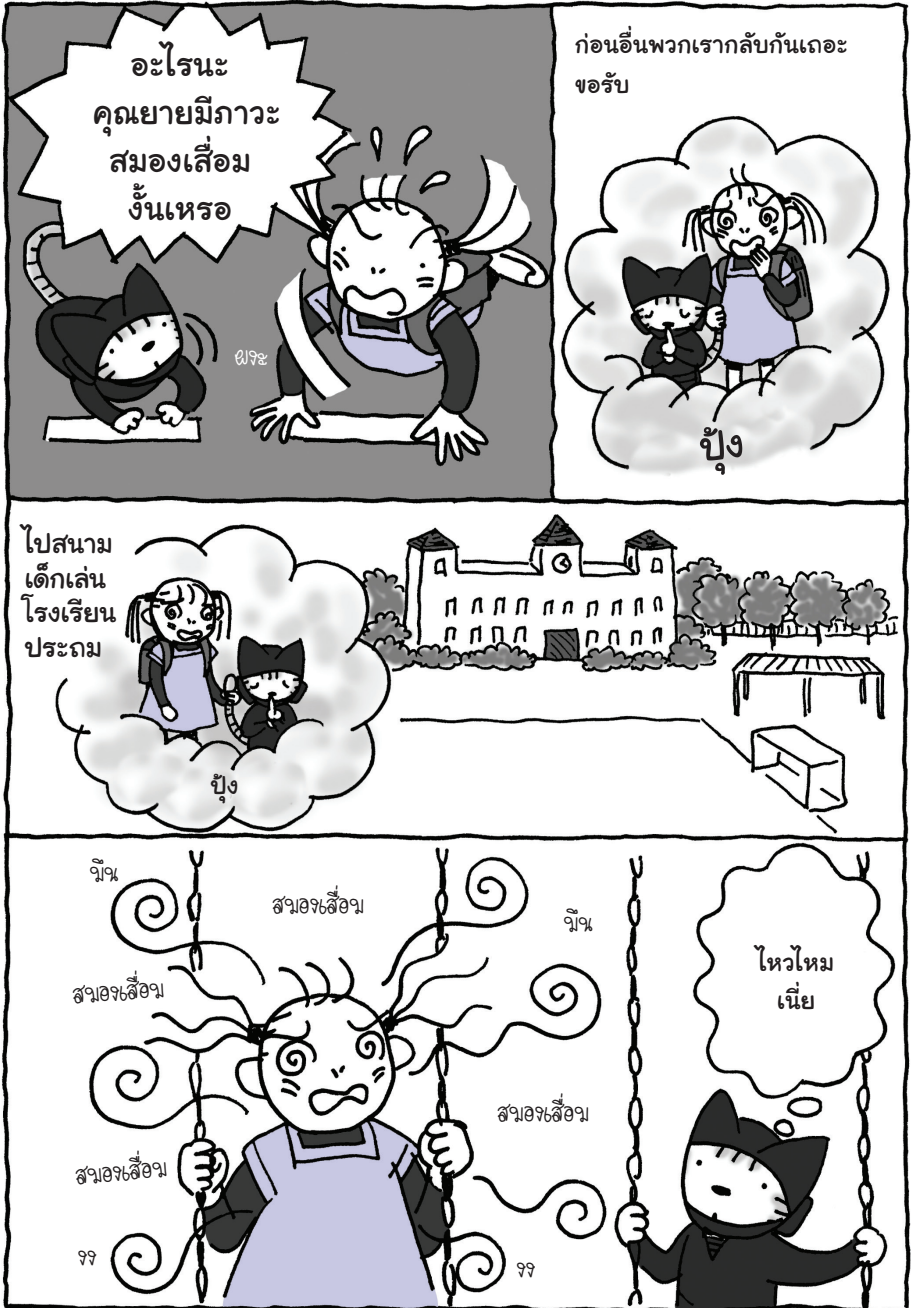
บนโต๊ะมีภาพถ่ายสมองขาวดำวางอยู่บนตู้อ่านฟิล์มเอกซเรย์



"ลองดูส่วนนี้นะครับ นี่คือนกสมองส่วนฮิปโปแคมปัส ซึ่งทำหน้าที่จดจำ จะเห็นว่าสมองส่วนนี้มีขนาดเล็กกลง พิจารณาประกอบผลทดสอบฮะเซะกะวะแล้ว คาดว่าคุณยายมีภาวะสมองเสื่อมประเภทอัลไซเมอร์ครับ"



"ตายแล้ว! ถ้าอย่างนั้นพวกเราต้องทำยังไงบ้างคะ"









ภาวะสมองเสื่อมเป็นโรคแบบไหน

สมองมีหน้าที่ควบคุมประสาทการรับรู้และจดจำ เมื่อสมองเกิดปัญหา ประสาทการรับรู้และจดจำจึงทำงานได้ไม่เต็มที่ เรียกว่า "ภาวะสมองเสื่อม"

ประสาทการรับรู้และจดจำทำหน้าที่จดจำคำศัพท์และเรื่องราวต่าง ๆ รวมถึงควบคุมกระบวนการคิด ตัดสินใจ และลงมือทำเรื่องต่างๆ ในชีวิตประจำวัน

คนอายุ 20-30 ปีมีความสามารถในการจดจำสูงสุด เมื่ออายุเพิ่มขึ้น ความจำจะเริ่มถดถอย อย่างไรก็ตาม ยังไม่อาจตัดสินได้ทันทีว่าเป็นภาวะสมองเสื่อมหรือเป็นเพียงอาการหลงลืมในผู้สูงอายุเท่านั้น

เป็นปกติที่เจ้าตัว (ในที่นี้คือคุณยาย) จะคิดว่า "ยังไม่ถึงขั้นต้องเข้ารับการรักษา" "ไม่อยากไปโรงพยาบาล ยิ่งแผนกจิตเวชยิ่งแล้วใหญ่!" ผู้ป่วยส่วนใหญ่ มักรู้สึกเช่นนั้น

หากเจ้าตัวไม่อยากไปก็ไม่ควรฝืนพาไป ยิ่งถ้าโกหกเพื่อหลอกพาไป ผู้ป่วยอาจไม่ไวใจจนเคลือบแคลงสงสัยทุกเรื่องได้

แต่หากรอจนกว่าเจ้าตัวจะอยากไปเองจนกินเวลานาน อาการอาจยิ่งแย่ลงได้

ยาสำหรับภาวะสมองเสื่อมช่วยบรรเทาและชะลออาการของโรค หากไม่กินยา อาการหลงลืมอาจรุนแรงขึ้นอย่างรวดเร็ว

แต่แพทย์บางส่วนก็มีความเห็นแย้งว่า ยาช่วยชะลออาการได้เพียงหนึ่งถึงสองปี หลังจากนั้นจะกลับมาเป็นเช่นเดิม จึงไม่จำเป็นต้องกินยาก็ได้ ถึงกระนั้นช่วงเวลาหนึ่งถึงสองปีก็มีค่า ทำให้เรื่องนี้ยังไม่มีข้อสรุป



"คุณแม่น่าจะมีอาการหลงลืมตามปกติ แต่ยังไม่ลองไปตรวจที่โรงพยาบาลกัน
หน่อยไหมคะ"



"ไม่จำเป็นหรอก ตรวจไปก็เท่านั้นแหละจ๊ะ"



"คิดเสียว่าไปเจอคุณพ่อกินโนะซูเกะไงคะ"



"ใครนะ"



"คุณพ่อของเพื่อนเรโม่ะไงคะ"



"เหรือ"



"หนูก็ยังไม่เคยเจอ แต่ได้ยินมาว่าหล่อมากเลยคะ แถมยังใจดีด้วย"



"หล่อด้วยเหรือ"



"ใช่คะ หนูเองก็อยากเจอ"



"หนูด้วยคะ อยากเจอจัง"



"ถ้าพูดขนาดนั้น ลองไปเจอหน่อยก็ได้ แต่ถ้าเจ็บตัวละก็ ไม่เอานะ"



"ไม่เจ็บแน่นอนคะ ไม่ต้องฉีดยาอะไรทั้งนั้น"

ด้วยเหตุนี้ จึงพาคุณยายไปโรงพยาบาลสำเร็จ

แล้วความรู้สึกของคุณยายหลังพบแพทย์ล่ะ



"คุณหมอดูดีมากเลยนะ"

(จำไม่ได้แล้วว่าหล่อหรือเปล่า)



"ไว้มามีใหม่ดีไหมคะ หนูก็อยากเจออีกค่ะ"

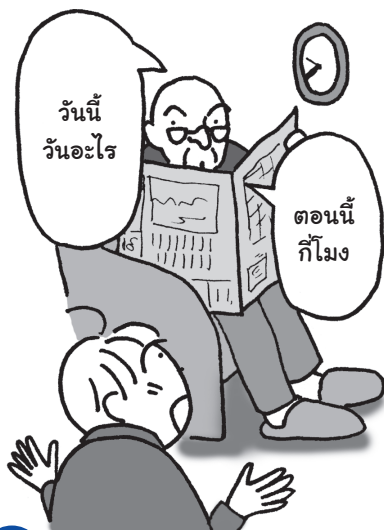


"ถ้าลูกอยากเจอ แม่มาด้วยก็ได้"



นินจาหมีว ไขข้อข้องใจ

2



Q

ทำไมคุณปู้มักจะถามบ่อยๆว่า
วันนี้วันอะไร ตอนนี่ก็โมง ทั้งที่แค่
ก้มดูวันที่ในหนังสือพิมพ์ที่อ่านอยู่
หรือเงยหน้าดูนาฬิกาก็รู้แล้ว

A

เพราะจู่ๆเกิดลืมขึ้นมา จึงอยาก
ตรวจสอบให้แน่ใจ อย่าหงุดหงิด
แล้วตอบว่า "เพิ่งบอกไปเมื่อกี้ไง"
แต่ควรตอบคำถามผู้สួว้วยทุกครั้ง

Q

พอเปิดตู้เย็นก็พบว่าเต้าหู้และนมเลยวัน
ที่ควรบริโภคแล้ว! ทำไมถึงไม่มีใครดูนะ

A

"ควรบริโภคก่อน" หมายความว่า วันต่อไป
ยังกินได้แต่รสชาติไม่เหมือนเดิมแล้ว ส่วน
"หมดอายุ" หมายความว่า ให้กินได้ถึงวันที่ระบุ
หากเกินวันนั้นต้องทิ้ง

หากผู้สួว้วยไม่รู้ว่่วันนี้วันที่เท่าไร ก็ไม่มีทาง
ตรวจสอบได้

เพื่อป้องกันไม่ให้กินอาหารหมดอายุ ควร
ให้คุณพ่อคุณแม่หรือผู้ดูแลคอยตรวจเช็คให้

