

เกลียดดีกว่ายาสีฟัน

ผมมีประสบการณ์ส่วนตัวเกี่ยวกับเกลียดที่อยากเอามาคุยกับผู้อ่าน ผมเคยลองใช้ยาสีฟันแผนโบราณที่ทำจากใบข่อย รู้สึกว่าปากสะอาดกว่าการใช้ยาสีฟันที่ใช้กันทั่ว ๆ ไป ผมเอะใจอย่างหนึ่งว่าในยาสีฟันมีรสเค็ม ก็เลยตั้งคำถามว่าเป็นเพราะเกลียดที่ใส่ไว้หรือเปล่า เพราะใคร ๆ ก็ทราบว่ายากล่อมเชื่อได้ การที่เขาทำปลาเค็ม เนื้อเค็ม แล้วเก็บไว้ได้ไม่เน่าเสียก็เพราะเกล็ดมันฆ่าเชื้อ การที่เนื้อเน่ามีกลิ่นก็เพราะมีเชื้อไปทำให้เนื้อเน่า ปากเหม็นก็เพราะมีเชื้อไปทำให้เศษอาหารเน่า หรือทำให้เหงือกเน่า

ถ้าแปรงฟันเอาเศษอาหารออกให้หมดเสียก่อน หลังจากนั้นเอาแปรงแตะเกล็ดผงแปรงให้ทั่ว อย่าบ้วนทิ้งทันทีให้เวลาความเค็มได้แผ่ซ่านไปทั่วเหงือกทั่วฟันแล้วจึงบ้วนทิ้ง ทำดังนี้ปากสะอาดดีนักแล สะอาดกว่าการใช้ยาสีฟันยี่ห้อต่าง ๆ มาก ไม่เชื่อลองไปทำวิจัยเปรียบเทียบดู ที่น่าจะวิจัยอีกอย่างหนึ่งก็คือการใช้เกล็ดแปรงฟันป้องกันหินปูนจับที่โคนฟันได้หรือไม่

เมื่อเร็ว ๆ นี้ผมเจ็บคอ หลังจากไม่ได้เป็นมานาน ปกติเจ็บคอที่หนึ่งก็เป็นอยู่หลายวัน ทำให้ไม่สบายและไม่เป็นสุข ผมจึงคิดว่าทำอย่างไรจะให้อาการเจ็บคอหายเร็วที่สุด การเจ็บคอนี้เกิดจากการอักเสบไม่จากเชื้อไวรัสก็แบคทีเรียตัวใดตัวหนึ่ง ไม่ว่าจะ เป็นไวรัส หรือแบคทีเรียถ้าโดนเกล็ดเค็ม ๆ เข้มมันก็ตายเหมือนกัน ผมจึงเอาเกล็ดละลายน้ำให้เข้มข้น โดยม้วนมีปริมาณสัก ๑-๒ ช้อนโต๊ะ แล้วอมให้เข้าไปสัมผัสตรงคอให้นานที่สุด (๒-๓ นาที) โดยเอามือยึดขอบอ่างน้ำไว้แล้วหงายหน้าไปข้างหลัง ให้น้ำเกล็ดลงไปสัมผัสผืนในคอ ผ่อนลม หายใจเข้าออก คล่อง ๆ โดยทั้งไม่กลืนและไม่ให้น้ำเกล็ดเข้าหลอดลม เสร็จแล้วบ้วนทิ้ง

ปรากฏว่าการเจ็บคอหายไปใน ๑ ชั่วโมง!

หายเจ็บเป็นปกติทั้ง และหายไปเลย เคยใช้ยาต่าง ๆ ก็ไม่เคยมีอะไรทำให้หายเร็วจะงัดเท่านี้ จึงนำมาเล่าให้ผู้อ่านฟัง คนที่เจ็บคอเรื้อรังรักษาอย่างไรก็ไม่หายจะลองดูก็ได้ ได้ผลประการใดเขียนมาเล่าสู่กันฟังใน “หมอชาวบ้าน” บ้าง

การเป็นหวัดเจ็บคอก็เป็นกันทุกคน เป็นแล้วก็รำคาญเสียเวลา กินยาอะไร ๆ ก็มักจะเสียเวลาสี่ห้าวัน หรือเจ็ดวันกว่าจะหาย น่าจะหาวิธีต่าง ๆ ที่จะทำให้การเป็นหวัด เจ็บคอหายเร็วขึ้น ถ้าหายเร็วกว่าการกินยาฝรั่งเท่าตัวเช่นหายภายใน ๒-๓ วันก็จะเกิดประโยชน์เป็นมูลค่ามหาศาล

คนโบราณเวลาเป็นไข้ก็จับเข้ากระโจมอบความร้อน เหยื่อแตกทั้งตัวสบายขึ้น ควรจะมีการวิจัยว่าการเข้ากระโจมอบความร้อนนี้ช่วยให้การเป็นหวัดสั้นเข้าหรือไม่ การวิจัยทำนองนี้น่าจะมีความสนใจกันมากขึ้นเพราะให้ประโยชน์เหลือหลายต่อประชาชน

ประเวศ วะสี