



ตีอ้วนกับบทเรียนจากห้องน้อย

โดย Thanawat Angratsakul

กาลครั้งหนึ่งนานมาแล้ว มีเด็กชายตัวน้อยคนหนึ่งชื่อว่า "ตี๋อ้วน" เขาเป็นเด็กที่มีความสุขกับการกินมากที่สุด ตี๋อ้วนมีรูปร่างอ้วนท้วนน่ารัก ผิวขาวอมชมพู และเขามักจะสวมชุดจิ้นสีแดงสดใสเดินไปไหนมาไหนเสมอ ตี๋อ้วนรักการกินทุกอย่างไม่ว่าจะเป็นซาลาเปานุ่มๆ ขนมจีบเตี๊ยงๆ หรือขนมหวานหลากสีล้วน





วันหนึ่ง ตี๋อ้วนเดินออกไปเดิน
เล่นที่ตลาดใกล้บ้าน เขาเห็น
ร้านขายขนมตั้งอยู่ข้างทาง
มากมาย มีลูกอมหลากสีวาง
เรียงรายอยู่ในโหลที่ไม่มีฝาปิด
และมีขนมทอดวางอยู่ในถาดที่
มีแมลงวันบินไปมา ตี๋อ้วน
ไม่ทันได้สังเกตความสกปรก
เหล่านั้นเลย เพราะเขามัวแต่
มองความน่าอร่อยของมัน



ทันใดนั้น ลูกอมเม็ดหนึ่งก็หล่น
ลงจากมือของตี๋อ้วนไปกองอยู่
ที่พื้นดินที่เต็มไปด้วยฝุ่นและ
รอยเท้า "อ๊ย! หล่นซะแล้ว" ตี๋
อ้วนพูดกับตัวเอง เขาลังเลอยู่
ครู่หนึ่งก่อนจะตัดสินใจหยิบ
ลูกอมที่เพื่อนฝุ่นนั้นขึ้นมา "ไม่
เป็นไรหรอก แค่เพื่อนดินนิด
เดียวเอง เชื่อโรคคงมองไม่เห็น
หรอก"



ตีอ้วนใช้แขนเสื้อเช็ดลูกอม
เบาๆ แล้วส่งมันเข้าปากทันที
จากนั้นเขาก็หยิบขนมอื่นๆ ที่
วางทิ้งไว้โดยไม่มีฝาชีปิดเข้า
ปากทีละชิ้นอย่างเอร็ดอร่อย
โดยที่มือของเขาก็ยังมอมแมม
จากการเล่นซน ตีอ้วนเคี้ยว
ขนมด้อยๆ จนคุ้มป่องโดยไม่รู้
เลยว่ามียกกองทัพเชื้อโรคตัวร้าย
กำลังเดินทางเข้าสู่ร่างกายของ
เขา



เมื่อกลับถึงบ้านในคืนนั้น พายุ
ลูกใหญ่ก็เริ่มหมุนวนอยู่ในท้อง
ของดีอ้วน "โอ้ย! คุณแม่ครับ ดี
อ้วนปวดท้องจังเลย" เขาเริ่ม
ร้องครางด้วยความเจ็บปวด
ท้องของเขาอืดตึงและปวดจี๊ด
ขึ้นมาเป็นระยะๆ จนต้องลงไป
นอนขดตัวอยู่บนเตียงด้วย
ความทรมาน น้ำตาใสๆ เริ่ม
ไหลรินออกมา



คุณแม่ "เหมยเหมย" เห็น
ลูกชายปวดท้องหนักจึงรีบอุ้ม
เขขึ้นรถและพาส่งโรง
พยาบาลทันที ตีอ้วนหน้าซีด
และหมดแรง เขาซบหน้าลงบน
ไหล่ของคุณแม่เหมยเหมย
ตลอดทาง "ไม่เป็นไรนะลูก
เดี๋ยวคุณหมอก็ช่วยให้หายปวด
แล้ว" คุณแม่ปลอบใจด้วยน้ำ
เสียงอ่อนโยน



เมื่อไปถึงห้องตรวจ ตีอ้วนได้
พบกับ "คุณหมอมีน" ซึ่งเป็น
คุณหมอพื้นใจดีที่กำลังจะตรวจ
คนไข้ถัดไปพอดี คุณหมอมีน
เห็นตีอ้วนปวดท้องจึงเดินเข้า
มาทักทายและสอนว่า "หนูรู้
ไหมว่าปากและฟันคือประตु
บานแรก ถ้าเรากินของไม่
สะอาด หรือไม่ล้างมือ เชื้อโรค
ก็จะเข้าไปทำลายทั้งฟันและ
ท้องของหนูนะ"



คุณหมอมีนสอนให้ตี๋อ้วนเห็น
ความสำคัญของการล้างมือ
และการเลือกอาหาร "จำไว้นะตี๋
อ้วน อาหารที่หล่นพื้นแล้วห้าม
เก็บมากินเด็ดขาด และต้อง
ล้างมือทุกครั้งก่อนหยิบอะไร
เข้าปาก" ตี๋อ้วนตั้งใจฟังมาก
เขาตระหนักแล้วว่าความละเลย
ของเขานำมาซึ่งความเจ็บปวด
ที่หนักล้นนี้



วันนี้ตีอ้วนกลับไปหาคุณหมอ
มีนอีกครั้งเพื่อตรวจสุขภาพฟัน
และอวดว่าเขาดูแลตัวเองดีแค่ไหน คุณหมอมีนชมตีอ้วนว่า
เก่งมาก ตีอ้วนยิ้มจนเห็นฟัน
ขาวสะอาดและท้องของเขาก็
ไม่ปวดอีกเลย เพราะเขารู้แล้ว
ว่าการดูแลสุขภาพอนามัยที่ดีคือ
เคล็ดลับของความสุขที่แท้จริง