

Tôi Vào Bệnh Viện

TÔN THẤT NGỌ

Lần đầu tiên tôi vào bệnh viện để người ta mổ lấy túi mật⁽¹⁾. Sau đây tôi xin kể lại những gì liên-quan đến cuộc giải-phẫu này. Ghi lại để quý AH nào có trường-hợp tương-tự thì cũng an tâm mà chữa trị.

Cách đây 4 năm, tôi vào bệnh viện khám-nghiệm, được máy siêu-âm cho biết trong túi mật tôi có nhiều sạn, trên mề-mề cục cỡ lớn hơn 1cm mỗi cục, có cục nồi lênh-bèn, có cục nhỏ hơn bám vào thành túi mật. Một ái-hữu khi nghe tôi cho biết đã nói đùa, vì toa làm Thủy-Nông/Kiều-Lộ nên sạn sòng sạn đường nó vào bụng toa nó phá. Cũng may mà tôi không bị sạn thận, nếu bị chắc ái-hữu này cũng nói đùa là tôi vì học “calcul diff.”nên “calcul”⁽²⁾ nó chui vào thận tôi nó trốn đấy! Ái-hữu khác thì bảo rằng tôi hơn người. Người ta chỉ có 2 viên thôi, ai có được 3 viên là khoe toáng lên, mà tôi có đến 12 viên lận!! Từ ngày biết túi mật mình có nhiều sạn cũng muốn cắt đi cho rồi, nhưng thấy không đau lắm nên chần chờ mãi cho đến ngày đau quá phải lên bàn mổ. Nghe mổ tôi cũng sợ, mặc dầu bác-sĩ bảo việc mổ này rất đơn-giản không nguy-hiểm. Nhớ lại hồi còn nhỏ ở bên nhà thấy mấy ông hoan heo nhà nghè chuyên hoạn (thiến) những con heo

đực ham chơi mà không chịu ăn để nặng cân chủ bán có lời. Vì sợ mổ nên rán chịu đựng mỗi khi bị đau. Tôi cũng có nhín ăn những đồ ăn nhiều chất béo, nhưng có lúc thấy những miếng da gà, da heo, da vịt chiên dòn màu vàng bóng láng hấp-dẫn hay những miếng tóp mỡ “chầy” bầy-nhảy trên bánh bèo thèm chảy nước miếng không nhịn được cứ “dớp” lia lịa. Mỗi lần ăn như vậy là sau đó lại bị đau. Lần sau cùng cũng do tính háu ăn không kiêng cử ấy mà bị đau dữ phải vào bệnh viện cầu-cứu bác-sĩ. Thế là ngày 11 tháng 6 vừa qua tôi đã lên bàn mổ để lấy cái cục nợ đời ấy ra. Diễn-tiến như sau:

Khi được biết tôi muốn mổ,

— bác-sĩ bắt đầu làm thủ-tục giải-phẫu, như gửi giấy xin hàng bảo-hiểm sức-khỏe chấp-nhận cho tôi được mổ.

— hẹn ngày mổ,

— đến bệnh viện đọc và ký chấp-nhận những điều lệ của bệnh viện với những câu hỏi liên-quan đến cuộc giải-phẫu, lấy giấy di thử máu, thử nước tiểu, và đo huyết áp,

— một ngày trước khi nhập viện đến văn-phòng giải-phẫu để y-tá chuyên-khoa giải-thích kỹ-thuật mổ và yêu-cầu phải làm những gì trước khi mổ, như: ngưng hăn ăn kể từ 12

giờ khuya đêm hôm trước, chỉ được uống những chất lỏng trong như nước “bouillon” bò hay gà, nước táo, nước nho, 7-up; sau 8 giờ sáng hôm sau tuyệt đối ngưng hăn không được ăn-uống gì nữa để 4 giờ sau lên bàn mổ.

— Tôi phải đến bệnh-viện lúc 10 giờ rưỡi trưa ngồi đợi ở phòng đợi, được thay áo mổ và được y-tá đến đo huyết áp lần nữa và ghi lại những dị-ứng của tôi như dị-ứng về trụ-sinh, aspirin v.v.

— trước khi đưa vào phòng mổ bác-sĩ vào phòng đợi đo huyết-áp lần chót và giải-thích thêm phương-pháp mổ để tôi yên-tâm.

Đến giờ mổ, phải lên xe lăn vào phòng mổ, nhìn vợ con gật đầu như thầm nói “không có sao đâu, đợi anh và ba sẽ bình-yên trở về không để mẹ con chờ đợi đến 10 năm sau mới được gặp như kỳ vượt biển năm xưa đâu”.

Tuy biết giải-phẫu túi mật không có gì đáng sợ nhưng cũng lo, nhắm mắt mà cứ nghĩ đại, nếu lỡ lần này mình đi luân thì sao?

Vào phòng mổ, bác-sĩ gây mê cũng có mặt để giải-thích cách làm cho tôi mê trong khi mổ.

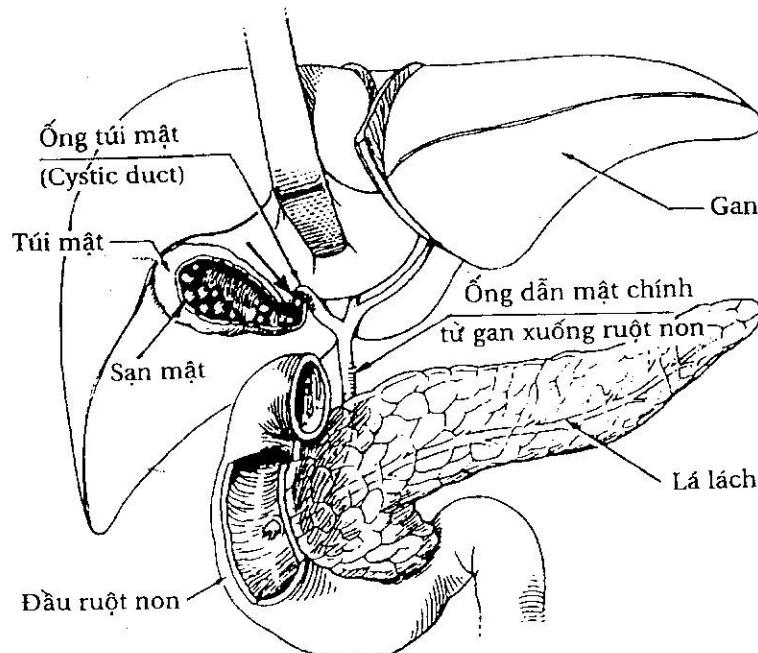
— đúng 12 giờ rưỡi trưa họ đưa tôi lên bàn mổ, cô y-tá chích thuốc mê vào gân tay tôi. Độ không đầy nửa phút là tôi không biết trời trăng gì nữa cho đến khi hết thuốc mê tĩnh dày.

Tỉnh dậy, tôi đã thấy mình nằm trong phòng tập-thể có những bệnh-nhân khác vừa mới được giải-phẫu xong. Tôi và các bệnh-nhân này được bác-sĩ trực-tiếp theo-dõi bệnh trạng trước khi an-toàn cho về phòng riêng.

Sau đây là một vài giải-thích liên-quan đến bệnh sạn túi mật và cách chữa trị mà tôi đã sưu-tầm ở các sách y-khoa nhất là cuốn “Symptoms, Illness and Surgery”

(1) Pháp gọi là “vésicule biliaire” và Mỹ gọi là “gallbladder”.

(2) “calcul différentiel” là môn toán học vi phân và sạn thận là “calcul rénal”, Mỹ gọi là “renal calculus” hay “kidney stone”.



Hình 1: Sạn mật có thể bị nghẽn ở cuống túi mật (ở mũi tên). Bạn có cơ bị sưng túi mật.

của Mark Pederson (1995), vài tài liệu y-khoa trong Internet và ghi nhận những lời giải-thích của bác-sĩ chuyên môn đã chữa-trị cho tôi:

TÚI MẬT:

Túi mật có dạng hình trái lê. Cái túi càn khôn ấy của tôi nó dài lối 7cm. Có người dài đến 14cm. Túi mật dính ngay liền dưới lá gan và nối liền với ống dẫn mật từ gan xuống ruột non bởi một khúc ống ngắn gọi là ống túi mật (cystic duct, Hình 1). Gan tiết ra mật và mật thặng-dư được dự-trữ ở túi mật. Công-dụng của túi là điều-hòa lượng mật cần-thiết để tiêu-hóa đồ ăn từ bao-tử được đẩy xuống ruột non. Nếu đồ ăn có nhiều chất béo, túi mật sẽ bị kích-thích để bơm thêm mật dự-trữ ra đủ để tiêu-hóa chất béo đó. Túi mật cũng giống như biển hồ Tonlésap, điều-hòa lưu-lượng sông Mekong trước mùa nước lũ ở thượng-lưu sông Cửu Long vậy. Bình thường thì số lượng chất chua

của mật và cholesterol hoặc calcium được cân-bằng, nhưng có trường-hop nồng-độ của cholesterol hay của calcium quá cao nên chúng cô-đọng lại, có thể đó là nguyên-nhân phát-sinh sạn trong túi mật. Túi mật là một bộ phận quan-trọng trong hệ-thống tuần-hoàn, nhưng nó cũng không quá cần-thiết cho sự sống của con người, nếu bị cắt bỏ cũng không sao. Nhiều người có sạn mật nhưng không bao giờ họ thấy có cảm-giác đau đớn trong suốt cuộc đời của họ, có người thì bị đau kinh niên nên phải nhờ bác-sĩ chuyên-môn chữa trị. Hàng năm ở Mỹ có đến lối nửa triệu người đến bệnh-viện để nhờ bác-sĩ cắt bỏ túi mật.

TRIỆU-CHỨNG:

Tùy trường-hop nặng nhẹ của mỗi người mà triệu chứng khác nhau.

Với tôi, thường nhật sau mỗi bữa ăn, dù ăn nhiều hay ít, thịnh-soạn ở các buổi tiệc tại nhà hàng hay ở

những bữa ăn đơn-sơ ở nhà, tôi đều bị lâm-râm đau bụng. Những đồ thích ăn như "pho-má-c camembert", hay sữa tươi thích uống, sau khi dùng là bị "Tào Tháo" rượt chạy ngay. Những món ăn khoái khẩu như "bơ Bretel" ăn với cơm nước mắm, phở hay bún bò tự nấu lấy không bột ngọt, dù vớt hết mỡ bỏ đi, ăn vào cũng vẫn bị đau, ăn nhiều đau nhiều ăn ít đau ít rất khó chịu. Mỗi lần bạn bè mời đi ăn, nể lầm mới đi nhưng về nhà bị đau hai ba ngày mới bớt. Cũng vì vậy mà người tôi cứ ốm như bợm đối-ăn. Cái đau bụng thường-xuyên ấy đã theo tôi "vượt biển" qua Mỹ cho đến ngày thấy đau nhiều mới chịu lên bàn mổ để bác-sĩ cắt bỏ túi mật đi. Tôi đã thấy đau nhiều ở bên phải phía trên bụng, đã bị tiêu chảy và đôi khi cơn đau còn lan đến ngực rất khó chịu. Nếu rán ngủ được qua đêm thì sáng mai lại bình thường. Trường-hop của tôi theo lời bác-sĩ nói vì nhẹ nên đã không thấy có các triệu-chứng nặng của những trường-hop trầm-trọng khác, như bị:

- Nóng sốt và ón lạnh vì túi mật bị sưng do ống dẫn mật bị sạn mật làm nghẽn,
- Ăn không tiêu và ói mửa,
- Bụng đầy hơi và trương phồng lên,
- Mát cân nhiều và có thể bị ụng-thư túi mật
- Vàng da.

NGUYÊN-NHÂN CỦA BỆNH:

Nguyên-nhân chính gây nên bệnh sạn túi mật hiện nay chưa được rõ.

Từ lâu người ta đã tự hỏi là sạn ở đâu mà ra; bác-sĩ nói, cũng không phải do cách ăn uống. Hy-vọng với ngành y-khoa tiến-bộ sau này sẽ khám-phá ra nguyên-nhân. Cho đến nay thì các bác-sĩ cho là có-thể do các yếu-tố sau đây:

- do chất cholesterol hoặc cal-

cium trong mật có nồng-độ cao,
— tuổi tác càng cao thì càng dễ

bị,

— đàn bà sinh đẻ nhiều lần hay
đã dùng thuốc ngừa thai,
— do di-truyền

SẠN MẬT:

Sạn mật là một tinh-thể rỗng, cở
nhỏ như hột cát hay cở lớn bằng quả
banh golf, có thể tròn nhẵn trơn tru
mà cũng có thể có góc cạnh sắc bén.
(Hình 2)

Loại sạn mật tròn thì không mấy
quấy rầy bệnh-nhân, nhưng loại sạn
có cạnh thì sẽ gây đau đớn cho bệnh
nhân mỗi khi túi mật bóp vì bị kích-thích, mà khi đã bị đau rồi thì sẽ bị
đau kinh niên. Có sạn nổi lèn-bèn
có sạn thì bám vào thân túi mật. Sạn
nổi trong túi mật tuy không làm cho
bệnh-nhân đau nhưng nguy-hiểm vì
nó có thể trôi dạt vào lỗ ống dẫn mật
làm tắt nghẽn ống dẫn mật. Sạn có
góc cạnh bám vào thành túi mật
thường gây đau nhưng ít nguy-hiểm
hơn.

Sạn mật có hai loại:

— Sạn cholesterol tạo nên phần
lớn do chất cholesterol; 80% dân Mỹ
đã bị loại sạn cholesterol này,

— Sạn calcium do muối calcium
tạo ra và có lối 20% dân Mỹ có loại
sạn này.

CHỮA-TRỊ:

Người có sạn mật cholesterol
được chữa-trị bằng cách dùng thuốc
“ursodiol”, một loại thuốc làm tan
sạn cholesterol. Người có sạn mật



Hình 2: Sạn mật hình dáng và to lớn dù cở

calcium thì cần phải giải-phẫu cắt túi
mật vứt đi.

Sạn mật nhiều thì có cơ-nugy bị
sạn chui vào đầu ống dẫn mật làm
cho túi mật bị sưng, trường-hợp này
cần phải giải-phẫu ngay, nếu không
túi mật sẽ bị nhiễm-trùng, bệnh-nhân
sẽ bị nóng sốt, ốm mửa. Tôi có nhiều
sạn mật calcium vừa nổi, vừa bám
vào thành túi mật, nên tôi cũng sợ
nếu có một hòn “caillou” ngắc-dời
nào đó phiêu-lạc vào “động hoa đào”
của tôi thì nguy, nên tôi đã quyết-
định cắt bỏ cái túi đã chứa đây vật
ăn hại ấy đi.

Giải-phẫu cắt bỏ túi mật gọi là
“cholecystectomy”. Theo kỹ-thuật y-
khoa hiện-nay thì giải-phẫu này rất
an-toàn không có gì nguy-hiểm; chỉ
nguy-hiểm cho những người lớn tuổi
mà lại bị thêm các bệnh nan-y khác
mà thôi.

Bác-sĩ đã nói lại tôi nghe cuộc
giải-phẫu túi mật của tôi như sau:

Trước khi mổ họ đã bơm hơi
“carbon dioxide” vào bụng tôi để
tách rời túi mật với lá gan vì túi mật
nằm sát ngay dưới lá gan nếu không
sẽ khó đưa dụng-cụ y-khoa vào để
giải-phẫu.

Bác-sĩ đã xé ở bụng tôi 3 đường
rạch nhỏ mỗi lỗ dài lối 1cm, và một
đường rạch lớn hơn, dài 2cm: (Hình
3a)

— Ở
đường rạch
thứ nhất, đặt
một ống để
chuỗi “lap-
aroscope”
(fiber-optic
instrument),
một dụng-cụ
y-khoa đặc-
biệt dùng để
thâu hình
chiếu lên
màn ảnh
video. Bác-

sĩ chỉ nhìn lên màn ảnh mà mổ mà
thôi, (Hình 3b)

— ở đường rạch thứ hai, đặt một
ống để đưa cái kéo nhỏ xíu dùng để
cắt túi mật,

— ở đường rạch thứ ba, chuỗi
ống hút máu ở chỗ cắt khi mổ,

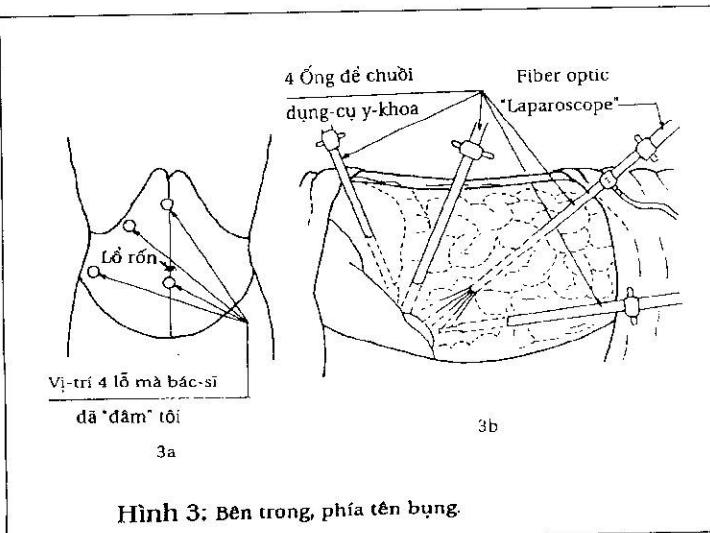
— và ở đường rạch thứ tư, lớn
nhất, chuỗi dụng-cụ kẹp và gấp túi
mật ra khỏi bụng. (Hình 4)

Khi mổ xong các dụng-cụ y-
khoa nói trên được rút ra và hơi trong
bụng tôi tự động xì ra như cái bong
bóng được mở nút.

Sau cùng bác-sĩ dùng kim nhỏ
may dưới làn da bụng chút xíu rồi
lấy băng cá-nhân dán lên trên 4 vết
mổ. Vậy là xong cuộc giải-phẫu.

SĂN-SÓC BỆNH-NHÂN SAU KHI MỔ:

Một giờ sau khi mổ tôi mới bắt
đầu thấy đau, không phải đau ở chỗ
cắt túi mật bên trong mà đau ở chỗ
mổ bên ngoài. Những lúc bị đau vậy,
y-tá vào cho tôi uống thuốc giảm
đau. Tôi về phòng riêng lúc 3 giờ
chiều thì 10 giờ đêm cô y-tá vào
dánh thức, đỡ xuống giường bắt tôi
di bộ trong hành-lan bệnh-viện lối 10
phút. Về phòng leo lên giường thì bị
đau nhiều nên phải nhờ cô y-tá chích
thuốc giảm đau ngay.



Hình 3: Bên trong, phía trên bụng.

Tôi được xuất viện 1 giờ trưa ngày hôm sau. Trước khi ra về bác-sĩ đã dặn:

— tắm rửa như thường lệ, tắm xong lấy bông gòn lau khô chỗ mổ và thay băng cá nhân mới,

— mỗi khi bị đau thì uống thuốc giảm đau, chỉ uống khi cần mà thôi, và cũng không nên uống thuốc này trên 4 ngày. Tuy bác-sĩ có dặn, tôi cũng có bị đau nhưng thấy chịu đựng được nên không uống thuốc này.

— ăn uống không cần kiêng cữ gì cả, tùy mình, muốn ăn gì thì ăn. Những món gì không hợp thì đừng ăn. Cũng nên bớt ăn đồ ăn có nhiều chất béo và cũng nên kiêng thuốc lá và rượu.

Khi hỏi bác-sĩ chừng nào tôi có thể đi làm trở lại. Bác-sĩ đã đáp hai chữ ngắn gọn, ngày mai! Mới đầu tôi cũng tưởng là bác-sĩ nói đùa, nhưng nghĩ lại bác-sĩ nói thật, nếu không sao cô y-tá lại bắt tôi dậy đi bộ ngoài hành-lan của bệnh-viện 10 giờ đêm hôm trước. Tuy vậy bác-sĩ cũng ký giấy cho tôi nghỉ một tuần lễ. Bác-sĩ còn dặn, anh nên rán trở lại hoạt động bình-thường càng sớm càng tốt; nên đi bộ thường, nhưng nên tránh những vận-động mạnh trong vòng 6 tuần lễ.

Về nhà trong tuần lễ nghỉ dưỡng bệnh, sáng nào tôi cũng đi bộ quanh nhà, ngày đâu đi một block thấy có đau nhiều ở vết mổ, nhưng sau khi nằm nghỉ một chốc thì thấy bớt đau ngay. Những ngày sau đó tôi tiếp-tục đi bộ, cứ mỗi ngày đi thêm lên một block cho đến ngày trở lại nhiệm-số thì đi được 6 blocks nghĩa là đi được lối 45 phút.

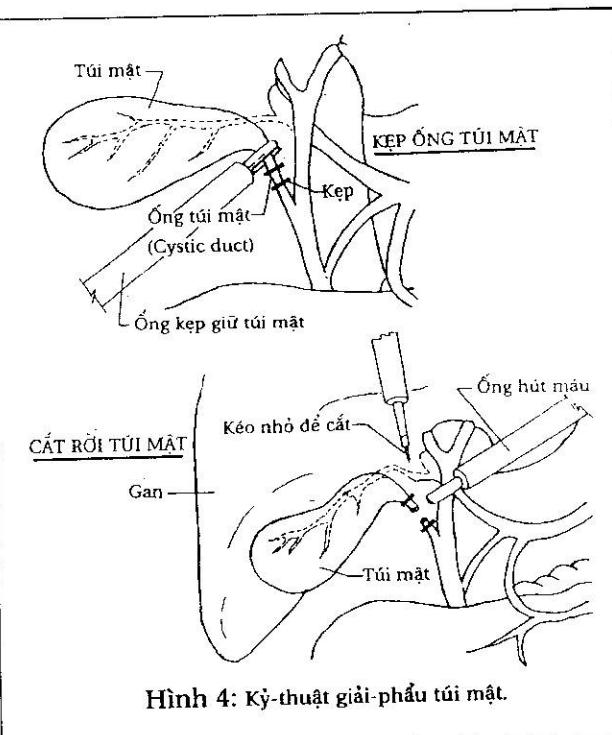
Đến nay sau 3 tháng giải-phẫu, tôi thấy không còn đau lâm-râm như trước nữa. Chỗ cuốn túi mật bị cắt bên trong và chỗ mổ bên ngoài cũng không còn thấy đau. Khi nào ăn nhiều hoặc ăn những món nào không hợp với cơ-thể thì ngay sau khi ăn

mới bị đau thôi. Tôi đang làm bạn với loài ăn cỏ. Ngựa và trâu bò chỉ ăn cỏ không mà khỏe dữ. Người ta nói dai sức như ngựa, và khỏe như trâu đây. Thực-vật mà biết nấu đúng cách ăn còn ngon hơn là động-vật. Hiện nay rau và cá tươi là hai món ăn thường nhật của tôi. Bác-sĩ bảo trường-hợp tôi phải 5-10 tháng nữa bộ-phận tiêu-hoa của tôi mới trở lại bình-thường được.

KẾT-LUẬN :

Bệnh sạn túi mật ai cũng có thể bị. Có người chỉ có 1 hòn, có người 2 hòn, có người cả chục hòn, có người nhiều hơn nữa, to nhỏ khác nhau. Nhiều khi người có ít sạn mà bị đau, người có nhiều lại không bao giờ đau. Bệnh sạn túi mật không phải là bệnh nan-y khó chữa. Giải-phẫu để cắt bỏ túi mật đầy san với kỹ-thuật y-khoa hiện nay rất an-toàn, bệnh-nhân mau bình-phục vài ngày sau khi giải-phẫu. Bốn vết mổ vì nhỏ nên da thịt mau liền lại và sẹo cũng ít nhìn thấy.

Nếu bạn nào thấy có triệu-chứng nghi ngờ mình bị sạn túi mật thì cũng nên đi bác-sĩ để được chẩn bệnh bằng máy siêu-âm. Nếu quả thật bạn đã có nhiều sạn mật thì cũng nhờ bác-sĩ cắt túi mật ấy đi cho rồi, chứ đừng cố bắt chước như tôi để đến 4 năm sau mới chịu giải-phẫu, nguy-hiểm lắm. Nếu bạn đã có nhiều sạn mật, bạn cũng có thể bị sưng lá lách nếu có một hạt sạn làm tắt nghẽn ống dẫn mật của bạn.



Hình 4: Kỹ-thuật giải-phẫu túi mật.

Người không còn túi mật như tôi hiện nay, mật tiết ra từ gan sẽ trực-tiếp vào ngay ruột non để tiêu-hoa đồ ăn. Không còn mật dự-trữ nữa nên lượng mật bị hạn-chế, do đó đồ ăn vào và mật tiết ra cũng cần phải quân-bình để sự tiêu-hoa được dễ-dàng. AH Nguyễn Trạc Ánh lúc sinh thời cũng bị cắt túi mật. AH đã dùng thuốc “enzyme” mỗi khi cần phải ăn uống nhiều. “Enzyme” là một trong những loại “protein” lấy từ tế-bào thực-vật hay động-vật, hoặc biến-chế tổng-hợp hóa-học. Đó là một chất xúc-tác (catalyseur) dùng để giúp cho sự tiêu-hoa được dễ-dàng và mau-chóng một cách nhân-tạo. Tôi thì không dám dùng vì không biết phản- ứng sinh-hóa (réaction biochimique) ấy có gây nên những biến-chứng khác về máu và gan không, vì máu từ ruột non sẽ trôi vào gan để được gan lọc sạch trước khi đưa đi xử-dụng nuôi cơ-thể. Đưa một vật ngoại-lai vào để bắt gan phải “thanh-lọc” thêm nữa thì gan sẽ yếu sức dân. Không biết có phải vì vậy

mà bệnh chai gan của người bộc-phát không? Tôi còn nhớ hồi còn phục-vụ tại Bộ Cải-Tiến Nông-Thôn trong thập-niên 60, Mỹ đã viện-trợ ào-ạc phân bón hóa-học để phân-phối cho nông-dân dùng. Khi Mỹ lần lần cắt-giảm viện-trợ phân bón, trong một chuyến đi công-tác với Sở Bảo-vệ Mùa-màng tại đồng-bằng sông Cửu-long, để giải-quyết về vấn-de phân bón và thủy-nông, tôi được nghe nông dân than-phiền là đất-đai của họ bị chai. Trước đây đất mềm dễ cày thì nay trở nên chai sạn. Tôi nghĩ rằng phản-ứng hoá-học của phân hoá-học với đất màu-mở của miền Nam Việt-Nam đã làm cho đất biến-thể thành một chất hoá-học khác, cũng như những người bị bệnh chai gan (cirrhosis) vậy. Những người có gan khỏe và tốt cung-cấp nhiều mật, có thể ăn uống bình-thường. Tùy theo lục phủ ngũ tạng của mỗi người mà sắp đặt phương-cách ăn uống. Tôi không phải hạng người “to gan lớn mật”, nên hiện giờ đang áp-dụng chiến-thuật “ăn ít, nhiều bữa”, để gan có đủ thì giờ sản-xuất mật cần dùng cho mỗi lần ăn. Sau 3 tháng giải-phẫu, tôi đã thấy, mỗi lần ăn quá 2 chén và ăn những đồ ăn có chút chất béo là sau đó 5-10 phút bị đi re ngay. Lại nữa, trước khi giải-phẫu túi mật, bắp là món ăn thường nhật của tôi, nhưng từ ngày túi mật không còn nữa, thì tôi không thể ăn bắp được, vì hễ ăn vào là vài phút sau bụng bị đau dữ. Nghĩ lại lời bác-sĩ nói với tôi trước khi xuất viện rất chí-lý: “không kiêng-cữ gì cả, món gì không hạp thì đừng ăn”. Thế xác của chúng mình cũng như chiếc xe cũ, bộ-phân hoà khí đã yếu rồi mà mình cứ nhấn ga cho xe đột nhanh, xe sẽ bị ngập xăng và chết máy. Ăn là cái khoái đầu tiên trong tú khoái, nhưng ăn sao cho cơ-thể hấp-thụ được hết những chất bổ-dưỡng, chứ ăn cho ngon miệng mà sau đó ôm

bụng la-làng thì không tốt. Chúng ta đang ở tuổi xế-chiều, cũng nên điều độ trong việc ăn uống. Tôi nghĩ là mình nên tuỳ trường-hop mà điều-hòa sự ăn uống để duy-trì sức-khỏe tốt cho mình vẫn là hơn. Ăn biết ngon miệng và thèm ăn là triệu-chứng tốt của người khỏe mạnh, nhưng thể-xác đã không còn như xưa nữa. Thèm ăn mà không kèm-chế nỗi lỗ miệng, nên có người thấy ăn ngon miệng, cứ ăn cho sướng cái đã. Không thấy có phản-ứng gì họ lại uống rượu li-bì nữa. Những bệnh nan-y về gan có thể bộc-phát vì họ

đã bắt gan làm việc quá sức. Túi mật có thể cắt bỏ được nhưng gan thì không, vì gan là một trong những bộ-phận cần-thiết cho con người, nó dùng để lọc máu trước khi chuyển máu đi khắp nơi để nuôi cơ-thể, bảo-tồn sự sống của con người. Phòng bệnh hon chữa bệnh là hay hơn cả.

Kêm-chế được sự thèm ăn là giữ được thể quân-bình giữa ăn uống và tiêu-hóa để sức-khỏe của mình không bị xuống dốc nhiều với tuổi đời càng ngày càng cao. Xe mà cứ phon-phon xuống dốc nhanh có ngày sẽ lao xuống hố.

NUỐC MỸ LẠNH LÙNG

(tiếp theo trang 126)

thanh thoι, vì nỗi ám ảnh nợ nần. Ở Mỹ, đồng tiền nó quan trọng quá, không tiền thì không nhà, không xe hơi, không vợ là đã hẳn và không bạn bè là đương nhiên. Tiền quan trọng cho nên cái job nó là cái ghê gớm ám ảnh con người nhất. Ai cũng lo ngay ngày cái ngày thất nghiệp, khi ông chủ gọi vào Thank You trước, Good Bye sau. Một anh kỹ sư và một chị được sĩ đã đính hôn với nhau sắp ngày cưới đúng một cái, anh kỹ sư bị “lay off”, chị được sĩ “good bye” ngay. Đỗ gạo nấu cơm chung mà, chỉ có gạo mà anh chỉ có cái nồi, gọi là chung sao được. Cả anh chị thì cộng lương còn có thể mua được nhà, tậu được xe... một mình thì gánh quá nặng. Bỏ thì thương, vương thì nặng. Ở Mỹ không có cái mục thương vớ vẫn đó vì bills nó chẳng thương ai bao giờ cả.

Ở xứ mình chẳng phải trả tiền nhà, thất nghiệp nằm nhà vài ba tháng chẳng phải lo cái ăn. Ở đây không tiền là ra đường ngay, cho nên đồng tiền nó quá quan trọng, quan trọng hơn tình người. Cái câu trọng nghĩa khinh tài ở đây quá lạc hậu. Đồng tiền quan trọng như vậy nên ai này đều thù, điều đó kể cũng đáng thông cảm thôi!

Người ta nói đất Mỹ không có tình người. Nghe kể cũng lạ. Đi đâu cũng thấy bệnh viện súc vật (Animal Hospital), nghĩa trang súc vật (Animal Cemetery) và cả khách sạn súc vật (Animal Hotel) nữa cơ. Có tiệm mở dịch vụ tắm chó, xịt thuốc trừ rận cho chó. Ở mỗi gốc cây đầu đường, người ta thấy bao nhiêu tấm bảng đòi thưởng \$500, \$1000 cho ai tìm giúp được cho họ con chó đực, chó cái, lông xanh, lông vàng. Chó của tài tử nổi danh, triệu phú thì phải thưởng \$5000, \$10000. Chó được đi trượt tuyết ở Big Beer, tắm biển ở Hawaii, được đi du lịch Hồng Kông, Âu Châu. Còn người nghèo không có bảo hiểm thì bị các bệnh viện từ chối không nhận.