

Segala yang aku pelajari
apabila Ayah jalani amputasi



KOMIK OLEH: THE WOKE SALARYMAN

7 tahun lalu, Ayah mula mengadu kakinya kebas dan rasa semut-semut.



Lama-kelamaan, aku suspect Ayah ada kencing manis.

Dia lekas penat.

Selalu ulang-alik pergi tandas.

Badannya ada yang bengkak.

Sampai gitu sekali pun,
dia tetap degil tak nak
pergi jumpa doktor.



Kami nak sangat bawa
pergi periksa di klinik GP.

Ayah, macam biasalah,
berkeras tak nak pergi.



(Entah berapa kali aku
check WebMD tau.)

Tahun demi tahun, aku dan Ayah tak habis-habis bertengkar:



Dia akan mengadu sakitlah, itulah, inilah...



Aku akan berleter tentang kesihatannya



Dia akan melenting dan suruh saya jangan menyibuk...



Kami bertikam lidah dan bermasam muka sampailah...

Penat seh bertengkar!
Sampai aku pun rasa
macam nak lepas tangan je.



Tapi, satu hari, lepas aku balik dari luar negara, Ayah tunjuk kakinya ada luka. Dah sebulan katanya.

Entah kenapa, luka itu macam tak baik-baik.



Lambat-laun, Ayah sedarlah masalah ini tak boleh dibiarkan melarat.

Aku bawanya ke hospital.

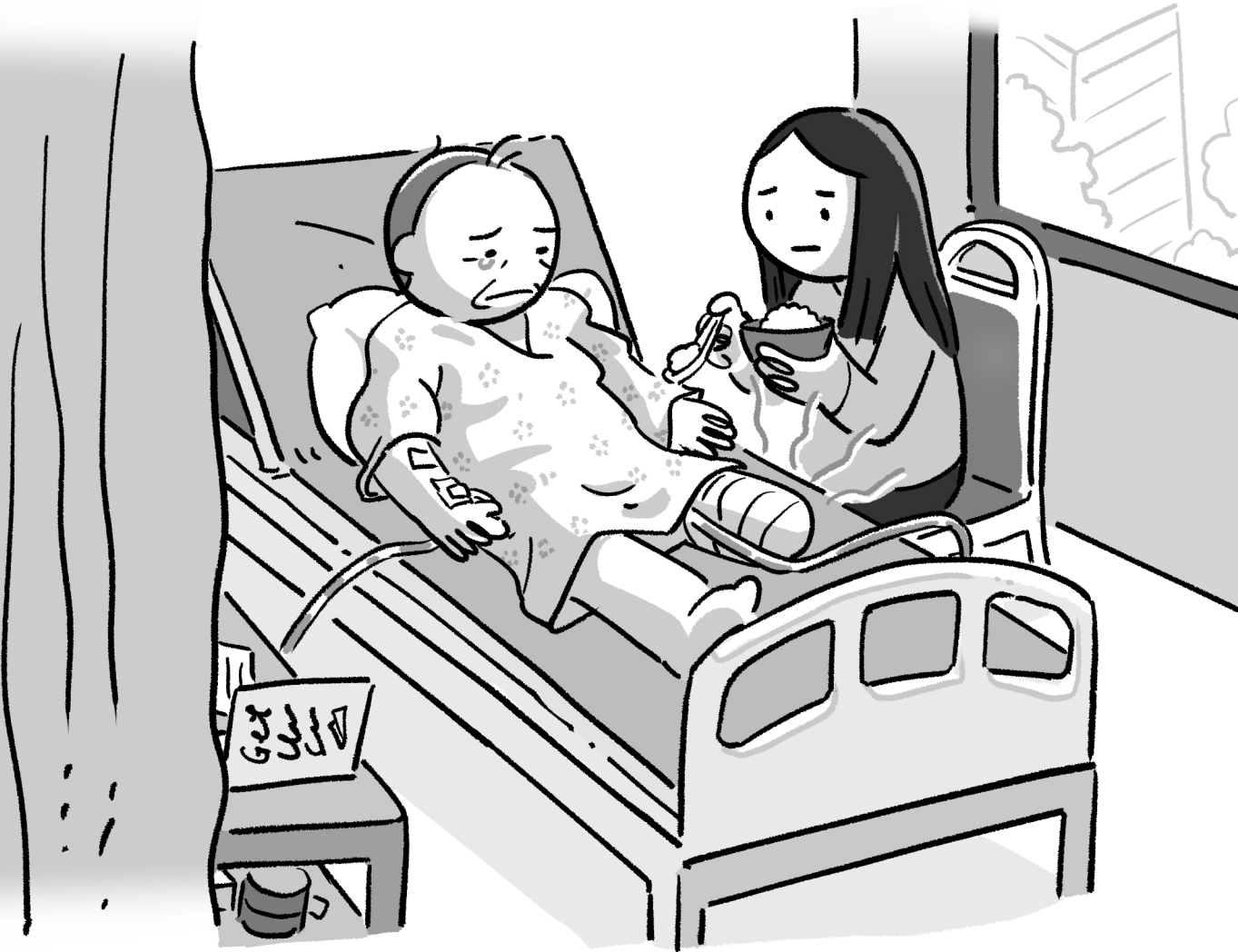
Doktor terus beri diagnosis:
Ayah ada kencing manis.



Lagi teruk,
kakinya kena
amputasi untuk
diselamatkan.

Kos nak buat amputasi itu tak murah.

Nasib, boleh bayar dengan Medishield Life. Tapi, bukan tu je.



Apa yang berlaku LEPAS TU betul-betul mengubah hidup kami sekeluarga.

Aku berhenti kerja sebab nak tolong Ayah adjust balik dengan gaya hidupnya yang baharu.



Banyak juga gaji yang terpaksa aku lepaskan.

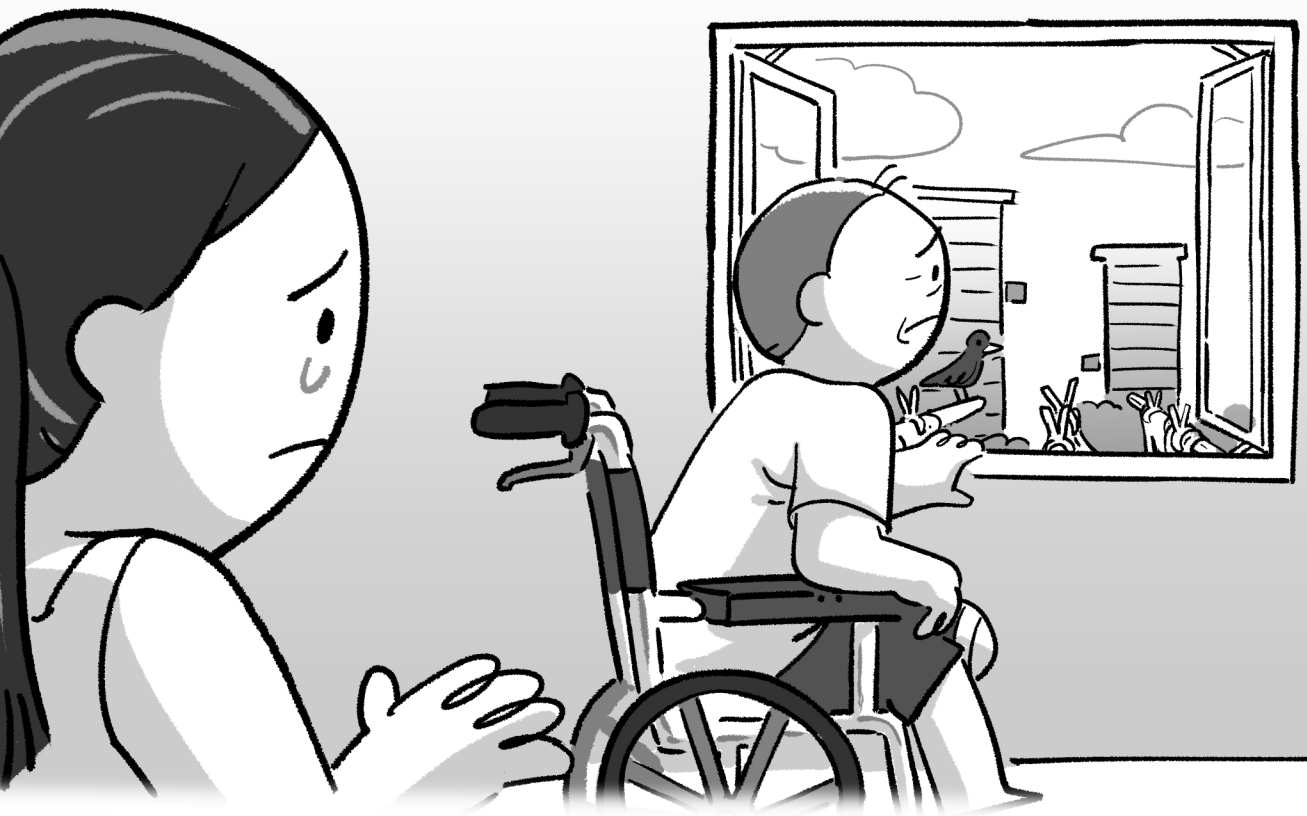
Selepas amputasi, Ayah
susah nak ke sana, ke sini.



Senaman ringan, setakat untuk
kekalkan aktif, pun kadang terlalu
berat untuk dia buat.

Ayah dah tak macam dulu.
Dah tak lagi yakin, dah tak banyak
berbual, dan dah tak bergaul.

Dia mula duduk di rumah dan tak
lagi berjumpa dengan orang lain.



Kesihatannya tak baik-baik. Makin teruk
lagi ada. Tak sampai hati aku tengok
Ayah terus-menerus sengsara.

Kadang-kadang, aku terfikir,
kalaulah dulu, aku paksa Ayah
pergi periksa sebelum terlambat...



Mesti tak jadi macam
sekarang ni, kan?

Kalau dari mula
Ayah dah pergi
dokter, awal-awal
kami akan tahu.

Ayah mungkin
akan kurangkan
makan yang
tak sihat.

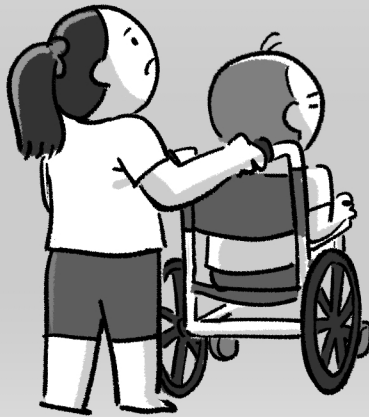
Aku pun mungkin
akan berlari dan
bersenam
sama-sama
dengan Ayah.

Dan... mungkin,
kaki Ayah
masih ada.
Mungkin.



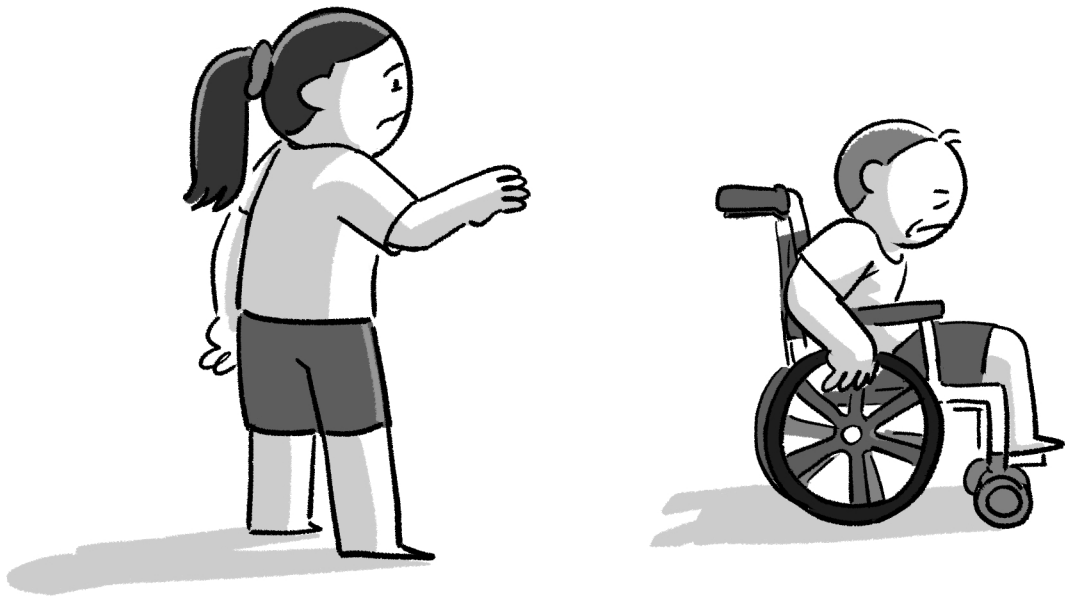
Aku memang tak faham
lah kenapa Ayah degil sangat
tak nak jumpa doktor.

Takut? Tak
percaya? Ego?



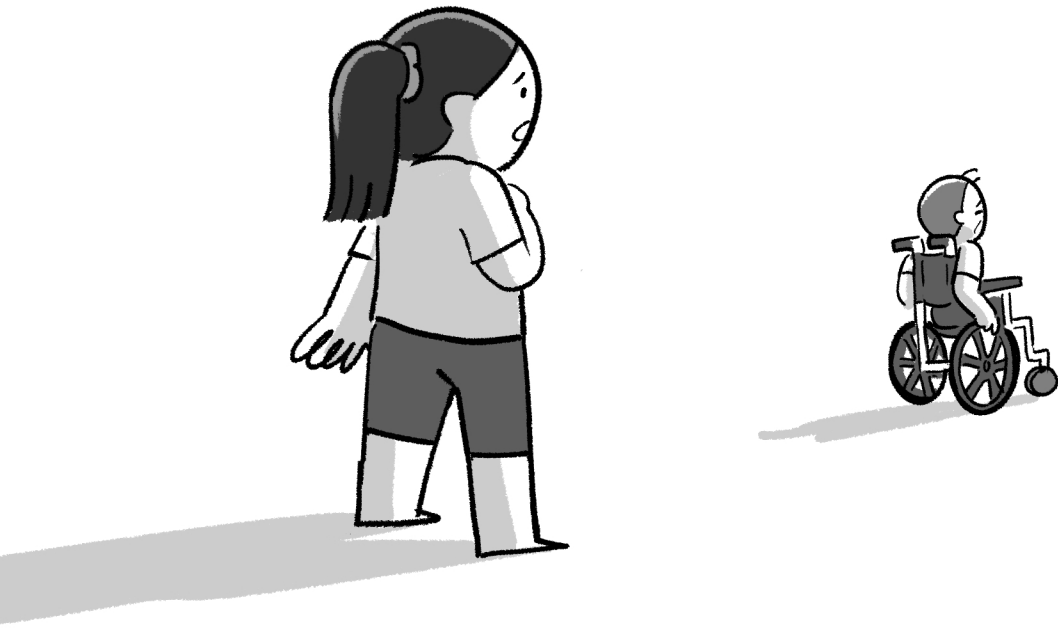
Aku tak akan tahu. Tapi yang
aku tahu, kenyataan ini bukan
mudah untuk Ayah.

Demi masa, aku akur. Sebagai anak,
kita hanya mampu push ibu
bapa kita setakat mana je.



Hakikatnya, mereka juga dewasa
dan merekalah yang berkuasa
untuk menjaga kesihatan mereka.

Bagi aku pula, aku tahu,
kencing manis Jenis 2 ni
ada kena-mengena dengan
sejarahkeluarga dan keturunan.



Maknanya, kalau aku ikut
cara Ayah, aku mungkin akan
dapat juga kencing manis.

Jadi aku cuba sedaya mampu
supaya aku takkan bernasib
yang sama.

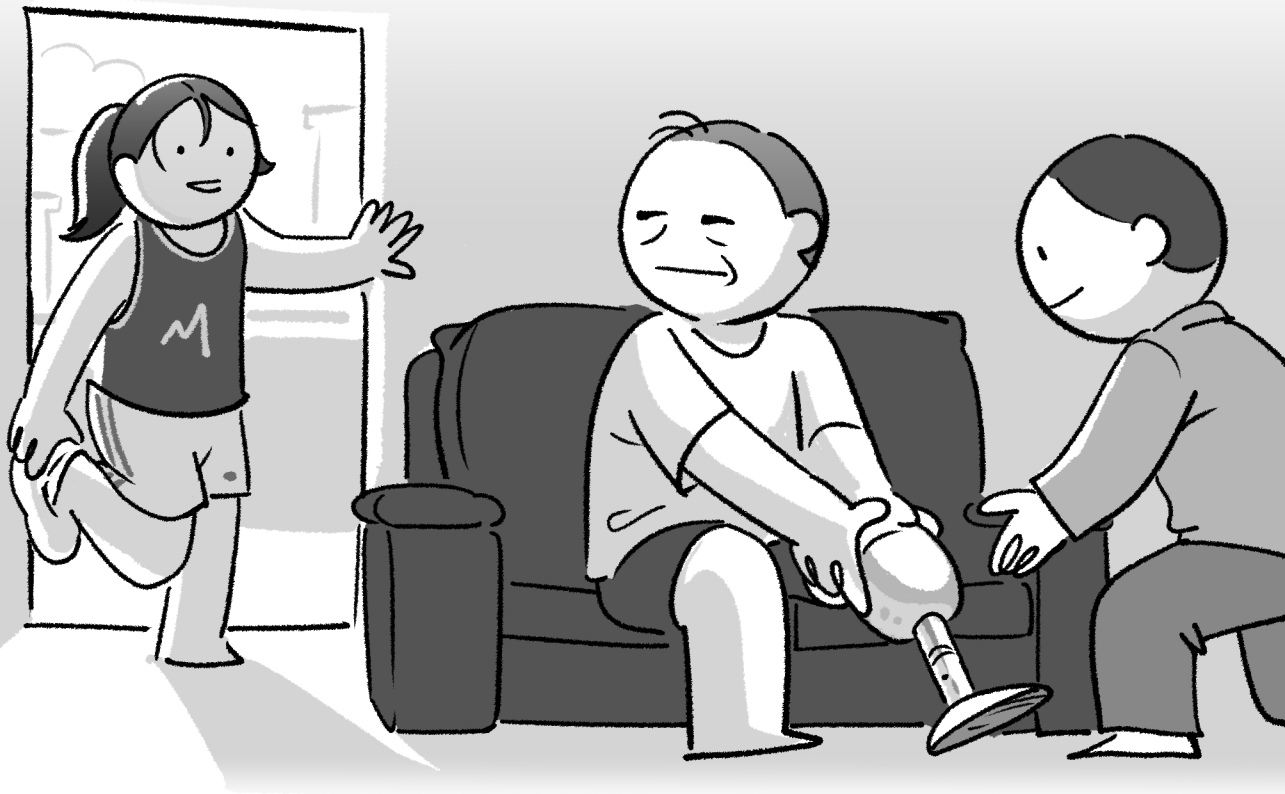
- ✓ Aku jauhi merokok.
- ✓ Aku cuba makan seimbang,
dan kekal cergas.
- ✓ Aku pastikan, tiap-tiap tahun,
aku pergi periksa kesihatan aku.

KECING
MANIS



Jujur cakap, amputasi
Ayah tu, trauma tau.

Bukan sahaja untuk dirinya,
tapi juga untuk seluruh keluarga.



Walau bagaimanapun, takdir
ini banyak mengajar diriku:

Nikmat terbesar buat orang
tersayang, yang sering kita lupakan,
ialah kesehatan kita sendiri.



Stay woke, salaryman.

Sertailah Healthier SG hari ini.

Anda mungkin RASA anda sihat, tetapi itu tidak bermaksud anda BENAR-BENAR sihat. Penting kita beringat, jangan abaikan kesihatan kita, malah, jagalah ia.

Satu cara termasuk menyertai Healthier SG, ruang di mana anda boleh merancang Pelan Kesihatan yang tersendiri bersama doktor keluarga di klinik Healthier SG anda.

Semasa konsultasi, doktor anda akan menjalankan pemeriksaan fizikal, membincangkan matlamat kesihatan anda, dan merangkakan pelan yang boleh capai bersama anda.

Sekiranya anda 40 tahun ke atas, sertai menerusi aplikasi HealthHub, atau di healthiersg.gov.sg bagi keterangan lanjut.

