

Kanser punca kematian kedua tertinggi di Malaysia

BERITA HARIAN 20/08/19

MS 14

Kuala Lumpur: Setiap orang perlu peka terhadap sebarang perubahan atau gejala, berikutan keadaan terkini menunjukkan kanser boleh berlaku kepada sesiapa sahaja.

Lebih membimbangkan, perangkaan Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO), menunjukkan kira-kira 70 peratus penduduk negara berpendapatan rendah dan sederhana, terdedah pada risiko kanser dengan peningkatan 60 peratus dalam tempoh 20 tahun.

Statistik Kementerian Kesihatan (KKM) mendapati, satu daripada empat penduduk berisiko menghidap kanser pada usia 75 tahun, sekali gus menjadikan kanser punca kedua tertinggi kematian negara ini.

Pakar Perunding Onkologi Perubatan Hospital Beacon, Dr Azura Rozila Ahmad, berkata selain menggalakkan saringan kesihatan seperti mamogram dan pap smear penting bagi pengesanan awal, di samping perlu peka perubahan dialami bagi pemeriksaan lanjut.

"Ramai tidak mengambil berat mengenai gejala awal kanser dan hanya mendapatkan rawatan apa-

Data WHO 2018

Kanser paling biasa di dunia

- » Kanser paru-paru - 2.1 juta orang
- » Kanser payudara (wanita) - 2.1 juta orang
- » Kanser kolorektal - 800,000 orang
- » Kanser prostat
- » Kanser kulit
- » Kanser perut

Kanser pembunuh utama

- » Kanser paru-paru - 1.8 juta orang
- » Kanser kolorektal - 800,000 orang
- » Kanser perut - 780,000 orang
- » Kanser hati

Grafik BH

bila sudah kritikal, kerana beranggapan mereka tidak mempunyai risiko atau tiada anggota keluarga menghidap penyakit kronik.

"Sebenarnya, 30 hingga 50 peratus daripada kanser boleh dicegah. Misalnya, dengan mengamalkan gaya hidup sihat, berat badan ideal atau memperbanyakkan makan buah-buahan dan sayur-sayuran, senaman dan menghentikan pengambilan alkohol serta tabiat

merokok," katanya.

Beliau berkata demikian pada program *Health Awareness Cancer: What You Need To Know* di Balai Berita di sini, semalam.

Dr Azura Rozila turut berkongsi mengenai bekas pesakit kanser payudara tahap empat, Nur Syidha Mohd Hanapi yang pulih selepas diberikan rawatan intensif.

Pesakit yang berusia 40 tahun itu disahkan menghidap kanser tahap dua pada 2012, mendapatkan rawatan alternatif selama tiga tahun, dengan menghabiskan puluhan ribu sebelum mengambil keputusan ke hospital ketika sudah kritikal pada 2018.

Pesakit itu diberikan ubat-ubatan oral tanpa menjalani sebarang pembedahan berikutan keadaannya kritikal tahap empat, kini pulih dan menjalani kehidupan seperti biasa dengan suami dan dua cahaya matanya.

Dr Azura Rozila berkata, kanser bukan saja menunjukkan pertumbuhan cepat, tetapi berisiko merebak dengan cepat.

"Masalah obesiti antara punca 13 jenis kanser. Paling membimbangkan, negara ini paling ramai gemuk di rantau Asia.

"Berat badan dengan indeks jisim tubuh (BMI) melebihi 40 atau obes lebih cenderung menghidap kanser, berbanding mereka dengan berat badan normal," katanya.

Katanya, amalkan pemakanan sihat dan kurangkan pengambilan daging merah, tinggi lemak dan minuman alkohol serta merokok.

"Merokok menyebabkan 30 peratus kematian akibat kanser, 80 peratus kematian akibat kanser paru-paru dan menyebabkan 20,000 kematian setahun di negara ini.

"Misalnya, kanser paru-paru disebabkan asap rokok diklasifikasikan sebagai masalah kesihatan lazim.

"Di Malaysia, kanser paru-paru adalah yang ketiga paling lazim selepas barah payudara dan usus besar (kolorektal). Ia selalunya lambat dikesan dengan kebanyakan pesakit hanya menemui doktor apabila berada pada tahap akhir.

"Kanser paru-paru terbentuk apabila sel paru-paru yang normal mengalami beberapa peringkat perubahan atau mutasi, dan mula membesar serta tumbuh tanpa kawalan," katanya.



Ramai tidak ambil berat mengenai gejala awal kanser dan hanya dapatkan rawatan apabila sudah kritikal kerana anggap mereka tidak mempunyai risiko menghidap penyakit kronik.

Dr Azura Rozila Ahmad, Pakar Perunding Onkologi Perubatan Hospital Beacon