Experts

Tingkat Kesedaran Tangani Kanser

Wed, 06/23/2021 - 15:12

Tahukah anda bahawa kesedaran awal mampu mengurangkan risiko menghidap penyakit kanser yang mengancam nyawa? Secara umumnya, kanser ataupun barah adalah sejenis penyakit yang dikaitkan dengan ketidakseimbangan replikasi serta tindak balas sel dalam badan manusia. Menurut kajian, semakin ramai akan dijangka menghidap kanser khususnya apabila menjangkau umur 50-an ke atas. Statistik menganggarkan 100,000 rakyat Malaysia iaitu satu daripada empat orang pada setiap tahun menghidap kanser. Oleh itu, pencegahan awal adalah penting untuk merawat penyakit kanser.

Menurut statistik Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM), jenis kanser yang paling kerap menyerang rakyat Malaysia ialah kanser payudara, usus besar, paru-paru, darah (*limfoma*), serta bahagian hidung dan tekak *(nasofarinks*). Biasanya, jenis kanser dalam kalangan pesakit lelaki ialah kanser paru-paru, kilang prostat dan usus manakala dalam kalangan pesakit wanita ialah kanser payudara, pangkal rahim, rahim, dan ovari.

Walaupun begitu, mana-mana organ dan anggota tubuh badan juga berpotensi menghidap kanser. Setiap sel dalam badan akan mengalami pusingan jangka hayat untuk berhubung kait dan mula membiak kepada sel lain sepanjang masa. Kanser boleh berlaku sekiranya sel mula membiak dengan tersendiri tanpa dapat dikawal oleh badan dan hilang kawalan mekanisme dalam badan. Semua jenis kanser adalah penyakit yang boleh merebak kepada tisu-tisu dan organ dalam badan, memusnahkan sel-sel berdekatan, tidak mempedulikan sel-sel yang lain dalam badan, dan boleh terjadi apabila pertumbuhan sel di luar kawalan serta tumbuh dengan luar biasa dari segi saiz dan bentuk. Kanser juga boleh melemahkan sistem pertahanan (imun) badan untuk melawan penyakit, memusnahkan organ dan tulang dan mengakibatkan daya tahan menurun. Lebih membimbangkan apabila kanser merupakan penyakit yang tiada amaran awal.

Secara amnya, penyebab kematian kedua tertinggi di dunia yang menyumbang kepada 8.8 juta kematian pada tahun 2015 adalah kanser. Malaysia juga telah mencatat penyebab utama kematian di hospital kerajaan dan swasta adalah kanser. Sehubungan itu, penting bagi masyarakat mempunyai kesedaran awal mengenai penyakit kanser untuk memberi sokongan moral kepada penghidap agar menjalani kehidupan sihat bagi mengelak penyakit yang boleh membawa maut ini.

Namun, ada kalanya sel akan bertambah menyebabkan berlaku ketumbuhan tidak normal yang lebih dikenali sebagai tumor. Sekiranya tidak dirawat, sel-sel kanser boleh merebak ke bahagian tubuh badan yang lain. Sel kanser yang merebak ke organ yang lain boleh mengakibatkan komplikasi sistemik. Komplikasi dan kehilangan fungsi multi organ akan menyebabkan kematian kepada pesakit. Apabila sel ini sampai ke bahagian tubuh badan yang lain, ketumbuhan baharu boleh menjangkiti organ tersebut. Keadaan kanser yang merebak dikenali sebagai barah sekunder atau metastasis. Perkataan kanser atau barah juga boleh digunakan dalam keadaan pertambahan sel yang tidak normal tetapi tidak diikuti dengan ketumbuhan atau tumor. Contohnya, seperti yang berlaku kepada penyakit yang melibatkan sel penghasilan darah iaitu penyakit leukemia.

TINGKAT KESEDARAN TANGANI KANSER.

I AM AND I WILL

AMALAN BERISIKO KANSER



BERAT BADAN BERLEBIHAN



KURANG PENGAMBILAN SAYUR DAN BUAH



PENGAMBILAN ALKOHOL



MEROKOK



KURANG AKTIVITI FIZIKAL

BERTINDAK SEGERA !

#1 Kenali gejala dan tanda awal kanser.

#2 Jalani ujian saringan untuk mengesan kehadiran kanser.

#3 Dapatkan rawatan yang baik dan sembuh sepenuhnya.

#4 Cegah kanser, amalkan gaya hidup sihat.

MAINKAN PERANAN ANDA ! BERSAMA TANGANI BEBAS KANSER.

Jadilah individu prihatin bersama kawal dan menangani kanser.

Sumber: MyhealthKKM

Edited: FatimahASH

Selain itu, kanser merupakan salah satu penyakit yang menggerunkan orang ramai tanpa mengenal usia dan jantina. Bagi mereka yang mempunyai sejarah dalam ahli keluarga penghidap kanser, sama ada ibu, bapa, adik-beradik, datuk, dan nenek, mereka harus berwaspada agar dapat mengurangkan pendedahan terhadap faktor-faktor dan unsur-unsur yang boleh mencetuskan pertumbuhan kanser.

Ini kerana mereka lebih berpotensi besar untuk menghidap kanser jika tidak dicegah pada peringkat awal. Kesedaran mengenai tanda-tanda awal penyakit kanser masih belum dikenal pasti secara menyeluruh. Contohnya, apabila melibatkan golongan-golongan yang kurang berkemampuan kerana mereka berada dalam sosioekonomi yang rendah menyebabkan mereka tidak tahu simptom-simptom yang mereka hadapi itu sebenarnya adalah tanda-tanda awal kanser. Hal ini menyebabkan mereka lambat mendapatkan rawatan kerana menganggap simptom yang dialami itu hanya perkara biasa. Masyarakat perlu lebih cakna dan mengambil berat mengenai info kesihatan. Perkara itu amat penting bagi memastikan bahawa mereka sentiasa berjaga-berjaga dalam usaha mengurangkan risiko penyakit kanser yang berbahaya kepada diri dan ahli keluarga.

TINGKAT KESEDARAN TANGANI KANSER



Kanser ataupun barah adalah sejenis penyakit yang dapat dikaitkan dengan ketidakseimbangan replikasi serta tindak balas sel dalam badan manusia.

Penyebab kematian kedua tertinggi di dunia yang menyumbang kepada 8.8 juta kematian pada 2015 adalah pesakit kanser termasuk Malaysia yang telah mencatat penyebab utama kematian di hospital kerajaan dan swasta adalah disebabkan pesakit kanser.



Risiko untuk mendapat kanser seumur hidup adalah 1 daripada 10 dalam kalangan lelaki manakala 1 daripada 9 dalam kalangan wanita.

INFO KANSER !

Peratus kanser peringkat akhir (III & IV) yang dikesan semasa diagnosis adalah sebanyak 63.7% daripada semua kes kanser.

KETAHUI ANTARA TANDA AMARAN KANSER:



Ulser yang tidak sembuh atau benjolan atau tompok-tompok putih dan merah di mulut.



Pendarahan yang luar biasa dari hidung atau hilang pendengaran atau telinga berdengung.



Terdapat benjolan atau sebarang perubahan pada anggota badan



Batuk yang berterusan dan kahak berdarah.



Pendarahan dari faraj yang berlaku antara tempoh haid atau selepas putus haid (menopos).



Sakit atau ketidakselesaan pada perut secara berterusan.



Suara garau lebih dari 2 minggu.



Perubahan pada pola membuang air besar.

Nota: Sekiranya anda mengalami tanda-tanda seperti berikut ia tidak semestinya kanser, dapatkan nasihat daripada doktor dengan kadar segera.



SAYA AKAN DAN SAYA BOLEH !

MALAYSIA BEBAS KANSER

4 FEBRUARI: HARI KANSER SEDUNIA

Sumber: MyhealthKKM

Edited: FatimahASH

Kesimpulannya, kesedaran awal merupakan antara langkah yang efektif untuk mencegah penyakit kanser. Tidak semua pesakit kanser akan sembuh, namun mereka masih mempunyai harapan untuk

dipulihkan walaupun tidak sepenuhnya kerana pada dunia yang serba canggih ini terdapat pelbagai alternatif yang telah disediakan oleh sektor awam dan swasta. Oleh itu, usaha menangani kanser memerlukan komitmen daripada semua pihak bermula daripada institusi keluarga melalui didikan ibu bapa terhadap anak-anak dan seterusnya pada peringkat yang lebih tinggi. Secara dasarnya, melalui kerjasama dan kesedaran awal daripada semua pihak maka masalah ini dapat diatasi dengan baik sekali gus menjadikan masyarakat Malaysia bebas daripada penyakit kanser seperti kata pepatah, bersatu kita teguh bercerai kita roboh. Oleh itu, amat penting untuk mendidik dan memberitahu rakyat Malaysia bahawa masih ada jalan untuk menangani penyakit kanser.



Penulis ialah pelajar Sarjana Muda Pengurusan Projek dengan Kepujian, Fakulti Pengurusan Industri, Universiti Malaysia Pahang (UMP).

Oleh : Fatimahtun Zaharah Ahmad Salleh Hudin
e-mel: fatimahtunzaharah@gmail.com

TAGS / KEYWORDS

Kanser

KKM

Kesihatan

- 4769 views

View PDF