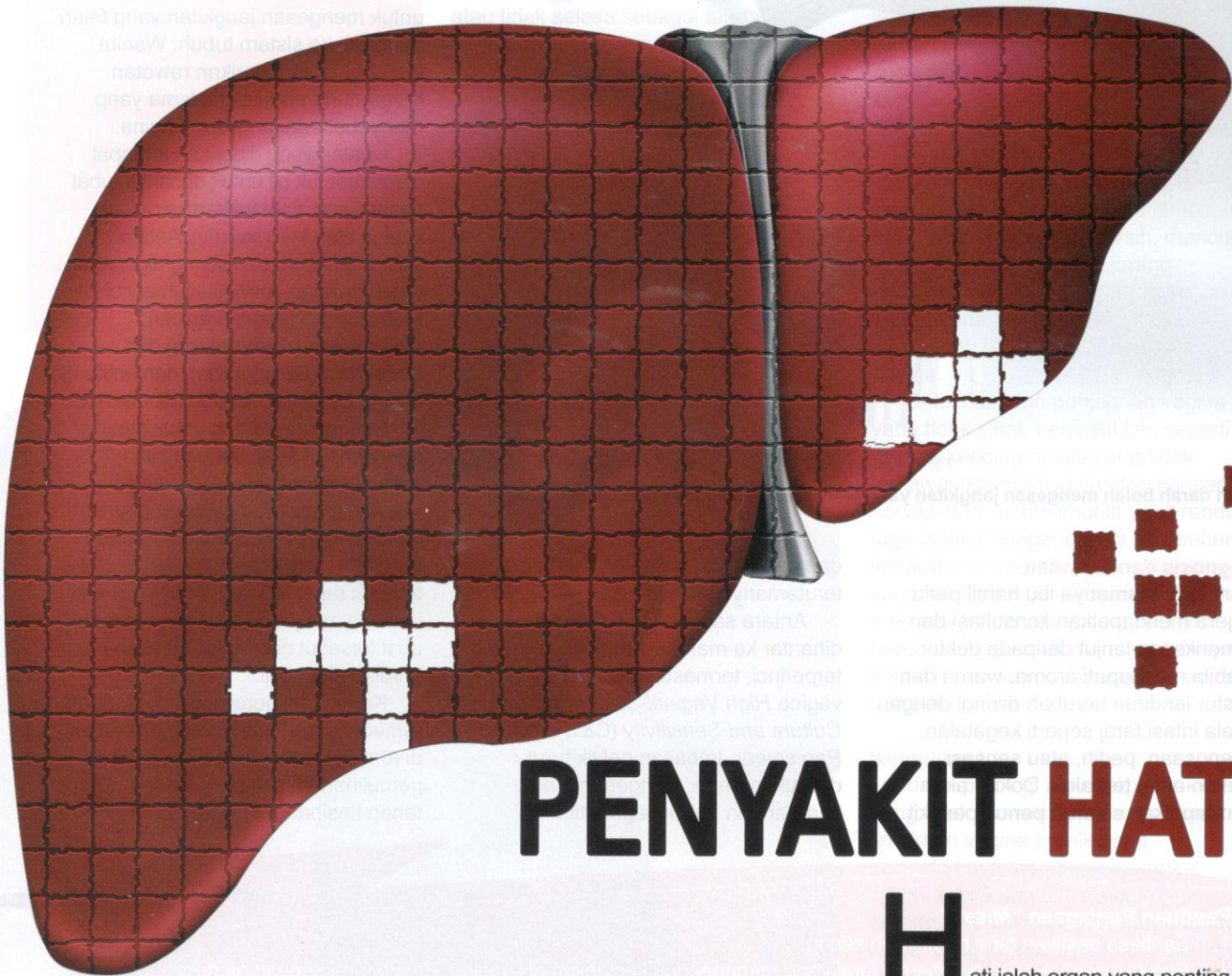


ETIOLOGI

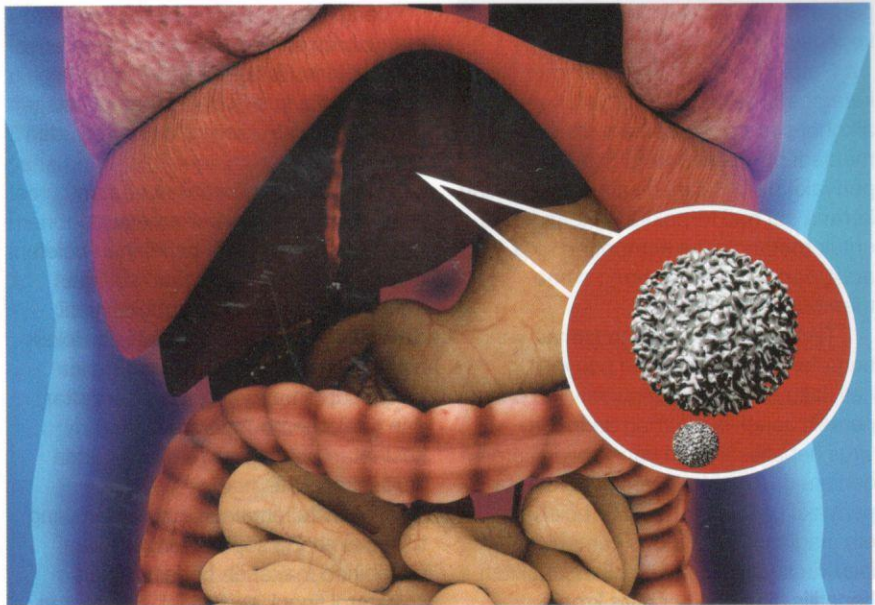
Azmawati Mohammed Nawi



PENYAKIT HATI

Hati ialah organ yang penting dalam tubuh manusia. Hati mempunyai fungsi penting seperti metabolisma serta fungsi sintesis kompaun asas. Komplikasi paling teruk bagi penyakit hati ialah penyakit hati yang kronik hingga menyebabkan sirosis hati. Kerosakan hati hanya disedari apabila kerosakannya telah mencapai tahap yang serius. Oleh itu, seseorang perlu mempunyai pengetahuan asas yang penting, misalnya dapat mengenal pasti penyakit yang melibatkan hati dan mengetahui cara untuk membendung masalah kerosakan hati.

Menurut kajian pada tahun 2011, penyakit sirosis hati di Malaysia lebih banyak berlaku dalam kalangan kaum lelaki (68.9%), berumur pada pertengahan usia (purata 58 tahun), dan majoritinya berpunca daripada jangkitan virus Hepatitis B (46.1%).



Jangkitan virus Hepatitis B menjadi punca utama kanser hati di Malaysia.

Organ hati merupakan organ dalaman yang terbesar di dalam tubuh manusia. Purata anggaran berat hati ialah 1.5 kilogram. Kedudukan hati terletak di bahagian kanan abdomen dan hanya dipisahkan daripada paru-paru oleh lapisan diafragma. Terdapat pundi hempedu yang bersambungan secara terus menerusi saluran hempedu di sekitar hati. Hati juga menerima bekalan darah spesifik daripada arteri hepatic dan juga vena portal hepar.

Hati berperanan besar dalam pelibatan proses (1) pencernaan dan serapan nutrien makanan yang merupakan tempat penghasilan jus hempedu yang sangat diperlukan bagi emulsifikasi lemak, organ sintesis asid amino-protein dan kolesterol yang diperlukan oleh badan, penukaran lebih glukosa kepada simpanan glikogen (atau sebaliknya sekiranya badan memerlukan glukosa); (2) menjaga tahap imunitasi badan dengan penghasilan faktor imunitasi, dan menghalang bakteria yang ada di dalam saluran darah; (3) membantu fungsi perkumuhan bagi regulasi bahan kimia dan racun berbahaya di dalam darah, serta menukarkan bahan ammonia beracun kepada urea; (4) membantu dalam pembentukan darah merah

(tempat simpanan zat besi), serta faktor pembekuan darah, dan (5) menguraikan komponen bilirubin (hasil uraian hemoglobin), seterusnya disingkirkan daripada badan.

Berdasarkan statistik, anggaran kematian yang disebabkan oleh kerosakan organ hati ialah 2.0 juta orang setahun, yakni 1.0 juta kematian disebabkan oleh komplikasi penyakit siroris hati, dan 1.0 juta kematian lagi disebabkan oleh jangkitan virus hepatitis, serta penyakit kanser hati. Terdapat trend peningkatan kematian yang disebabkan oleh sirosis hati di seluruh dunia.

Menurut kajian pada tahun 2011, penyakit sirosis hati di Malaysia lebih banyak berlaku dalam kalangan kaum lelaki (68.9%), berumur pada pertengahan usia (purata 58 tahun), dan majoritinya berpunca daripada jangkitan virus Hepatitis B (46.1%). Jangkitan virus Hepatitis B juga merupakan penyebab utama kanser hati di negara ini.

Terdapat beberapa pembahagian atau klasifikasi bagi penyakit hati, iaitu sama ada berdasarkan patologi penyakit; kadar kejadian penyakit (akut atau kronik); kebarangkalian jangkitan (lazim atau jarang-jarang), atau kaedah rawatan (perubatan atau pembedahan). Walau

bagaimanapun, kebanyakan gejala dan tanda adalah hampir sama antara satu sama lain.

Patologi autoimun melibatkan sistem imuniti badan yang menyerang sel badan sendiri atas sebab yang tidak diketahui. Antara penyakit tersebut termasuklah *Autoimmune Hepatitis (AIH)*, *Primary Biliary Cholangitis (PBC)*, dan *Primary Sclerosing Cholangitis (PSC)*.

Patologi genetik melibatkan beberapa penyakit genetik boleh menyebabkan kerosakan hati, iaitu *Hemochromatosis*, *Wilson's disease* dan *Alpha-1 antitrypsin deficiency*. Penyakit ini dapat kesian pada organ hati pada peringkat kanak-kanak lagi.

Patologi sumbatan atau sempitan saluran (*obstruction*) melibatkan keadaan seperti batu hempedu yang berpanjangan yang boleh menyebabkan sumbatan pada saluran rembesan jus hempedu. Jika keadaan ini berlaku secara berpanjangan, kerosakan hati boleh terjadi.

Patologi kanser melibatkan hampir 90% kanser hati ialah kanser metastasis, yakni kanser asal pada organ lain, tetapi merebak ke organ hati. Selain itu, terdapat juga kanser pada saluran hempedu. Sebarang

penyakit barah hati boleh menyebabkan kegagalan fungsi hati.

Patologi pengaruh gaya hidup serta ketagihan melibatkan penyalahgunaan alkohol secara berlebihan, dilaporkan menjadi punca kedua tertinggi bagi penyakit hati. Hal ini dikatakan demikian kerana sel hati terpaksa bekerja keras untuk metabolisma komponen aktif arak, dan pada masa yang sama membunuh sel hati.

Terdapat kepelbagaian kuman yang berpotensi menyebabkan penyakit hati, iaitu daripada kumpulan virus dan parasit. Jangkitan kuman daripada virus hepatitis adalah yang paling kerap berlaku dan menjadi penyebab utama penyakit hati. Virus hepatitis boleh dibahagikan kepada dua kumpulan, iaitu virus yang menyebabkan jangkitan hepatitis akut dan hepatitis kronik.

Virus Hepatitis A dan Hepatitis E tergolong dalam kumpulan akut, iaitu jangkitan ini berlaku dalam tempoh yang singkat. Virus Hepatitis B, Hepatitis C dan Hepatitis D pula tergolong dalam kumpulan kronik kerana jangkitan tersebut berlaku dalam tempoh yang sangat lama. Virus kronik ini boleh menyebabkan lebih banyak sel organ hati rosak.

Jangkitan kuman lain yang boleh menyebabkan kerosakan hati, antaranya termasuklah *Epstein-Barr Virus* (EBV), *Cytomegalovirus* (CMV), leptospirosis, malaria, demam kuning, demam Q, dan sifilis.

Selain itu, pengambilan ubatan sama ada yang dibekalkan ataupun secara terlarang serta berlebihan boleh menyebabkan kemusnahan sel hati. Sebagai contohnya, pengambilan ubat demam (Parasetamol) melebihi dos toksik boleh merosakkan hati. Di samping itu, herba suplemen yang tidak berdaftar dan tidak mempunyai maklumat kesihatan boleh juga menjadi punca kerosakan hati.

Selain itu, amalan pemakanan yang tidak seimbang seperti pengambilan berlebihan makanan berlemak dan kolesterol tinggi, serta tidak melakukan senaman akan meningkatkan risiko penyakit *Non-alcoholic fatty liver disease*. Hal ini merupakan punca kedua terbesar bagi penyakit hati berlemak.

Faktor risiko boleh dibahagikan kepada dua, iaitu yang boleh diubah (*modifiable*) atau yang tidak boleh diubah (*non-modifiable*). Faktor tidak boleh diubah adalah disebabkan

oleh genetik atau pewaris keturunan. Oleh itu, tiada sebarang tindakan yang boleh dilakukan untuk mengatasinya. Antara faktor boleh diubah, termasuklah pengambilan minuman alkohol secara berlebihan dan memudaratkan, masalah obesiti atau berat badan berlebihan, hubungan seks rambang atau hubungan seks sesama jantina, bertatu badan atau bertindik, berkongsi jarum suntikan, dan penyalahgunaan dadah atau bahan terlarang.

Pencegahan boleh dibahagikan kepada tiga kategori, iaitu pencegahan primer, pencegahan sekunder dan pencegahan tertier. Pekara ini penting untuk menilai dan mengetahui langkah pencegahan yang bertepatan bagi setiap penyakit hati, dan tidak memukul rata semua amalan pencegahan untuk kesemuanya.

Pencegahan Primer

Langkah ini dilakukan untuk mencegah individu daripada kejadian penyakit hati tertentu dengan cara membendung segala faktor risiko yang boleh dikawal bagi penyakit tersebut.

Pendidikan kesihatan dan promosi kesihatan merupakan langkah proaktif dalam pencegahan primer. Secara amnya, kandungan promosi dan pendidikan kesihatan menganjurkan individu untuk mengekalkan gaya hidup sihat dan aktif, serta mencegah daripada obesiti.

1. Promosi dan pendidikan kesihatan bagi penyakit hepatitis kronik

- Bagi penyakit hati yang disebabkan oleh jangkitan virus Hepatitis B dan Hepatitis C, individu disarankan untuk mengelakkan diri daripada terjebak dengan gaya hidup liar dan tidak sihat seperti hubungan seks rambang, hubungan seks sesama jantina, membuat tatu di badan atau bertindik di premis yang tidak diketahui amalan kebersihan, perkongsian jarum suntikan, penyalahgunaan dadah atau bahan terlarang yang boleh merosakkan hati, dan sebarang prosedur kesihatan tidak bertauliah yang melibatkan risiko pendarahan.
- Selain itu, bagi golongan yang berisiko dan terdedah kepada aktiviti



Pengambilan ubat demam (Parasetamol) melebihi dos toksik boleh merosakkan hati.

melibatkan pendarahan seperti anggota kesihatan, disarankan untuk mengambil vaksin pencegahan penyakit Hepatitis B seperti yang dijadualkan.

2. Saringan penyakit kelamin bagi penghidap hepatitis kronik

- Bagi pesakit Hepatitis B dan Hepatitis C, pesakit perlulah menjalani ujian saringan bagi penyakit kelamin seperti ujian HIV, sifilis, gonorrhoea dan klamidia. Saringan ini susulan daripada cara jangkitan yang sama seperti virus hepatitis.

3. Promosi dan pendidikan kesihatan bagi penyakit hepatitis akut

- Bagi penyakit yang disebabkan oleh virus Hepatitis A, amalan kebersihan makanan sangat perlu dititik beratkan. Dari aspek pemilihan makanan laut, adalah disarankan untuk mengetahui sumber makanan itu diperolehi. Elakkan membeli daripada sumber yang habitatnya telah tercemar.
- Bagi pengembara yang mengunjungi kawasan yang endemik, adalah dinasihatkan supaya mengamalkan kebersihan tangan sepanjang masa. Selain itu, elakkan daripada membeli makanan di tepi jalan atau di kawasan yang diragui kebersihannya. Air minuman perlulah sentiasa dimasak sebelum diminum bagi mengurangkan risiko pencemaran dan jangkitan virus Hepatitis A.

4. Promosi dan pendidikan kesihatan bagi penyakit hepatitis alkoholik

- Elakkan daripada meminum alkohol secara berlebihan dan tidak terkawal serta berterusan. Panduan yang dikeluarkan oleh pihak kesihatan sedunia mengatakan had bagi seseorang individu dewasa yang sihat ialah 14 unit alkohol seminggu. Walau bagaimanapun, kesemua anggota kesihatan sedunia bersetuju bahawa pada asasnya tiada sebarang nilai kebaikan atas minuman beralkohol.

Pencegahan Sekunder

Pecegahan sekunder memfokuskan diagnosa awal supaya rawatan susulan dapat diberikan secepat mungkin.

Dalam pencegahan sekunder, individu yang berisiko disarankan membuat janji temu dengan pengamal kesihatan bagi mendapat khidmat kesihatan secara individu.

1. Hepatitis akut dan kronik

- Saringan darah terhadap golongan berisiko perlu dilaksanakan sekurang-kurangnya setahun sekali kerana mereka mempunyai tahap jangkitan yang tinggi berbanding dengan golongan lain. Jenis rawatan adalah bergantung pada keputusan ujian dan keadaan individu yang dinilai oleh pengamal perubatan yang dikonsultasi.

2. Hepatitis alkoholik

- Individu yang menyalahgunakan arak haruslah disaring untuk mengenal pasti tanda awal penyakit ini. Selain saringan darah, usaha intensif amat perlu dilakukan bagi menangani masalah minuman keras daripada terus berleluasa. Sebagai permulaan, individu tersebut boleh mendapatkan khidmat kaunseling bagi mencari kekuatan psikologi. Namun begitu, rawatan ubatan adalah sangat penting bagi mengurangkan rasa tertarik dan ingin, termasuklah komplikasi maut *delirium tremen*.

Pencegahan Tertier

Secara amnya, pencegahan pada peringkat ini adalah untuk mengesan komplikasi akhir bagi sesuatu penyakit hati, iaitu sirosis hati. Sirosis hati ialah keadaan apabila kemusnahan sel organ hati secara kekal dan tidak boleh dirawat lagi. Pada peringkat ini, individu tersebut mengalami kegagalan fungsi hati secara total.

Secara purata, individu yang menghidap sirosis hati mempunyai 50% peluang untuk hidup dalam tempoh lima tahun. Pada masa yang sama, sirosis hati yang tidak terkawal akan

Secara purata, individu yang menghidap sirosis hati mempunyai 50% peluang untuk hidup dalam tempoh lima tahun. Pada masa yang sama, sirosis hati yang tidak terkawal akan meningkatkan risiko kejadian kanser hati.

meningkatkan risiko kejadian kanser hati (*hepatocellular carcinoma*). Oleh hal yang demikian, saringan imbasan ultrasonik pada organ hati perlu dilakukan secara berkala di bawah pemantauan pengamal perubatan.

Rawatan tambahan diperlukan bagi mengelakkan komplikasi hepatic ensefalopati (*encephalopathies*), iaitu bahan kumuh yang tidak dapat di metabolis akan terkumpul pada organ otak. Hal ini boleh mengakibatkan gangguan kognitif, serta kesedaran pesakit. Risiko pendarahan dalaman juga perlu dipantau pada peringkat ini kerana wujud masalah faktor pembekuan darah serta komplikasi portal hipertensi.

Sebagai kesimpulannya, kerosakan organ hati boleh menyebabkan masalah kesihatan yang serius. Bebanan yang dihadapi oleh penghidap ini amat perit. Oleh itu, langkah pencegahan haruslah dilakukan seawal yang mungkin bagi memastikan kebarangkalian untuk penyakit ini dapat diturunkan secara total. Kita perlu berganding bahu memberikan kerjasama yang berterusan terhadap usaha yang dilakukan oleh pihak kesihatan bagi mencegah penyakit kerosakan hati. **DM**

Profesor Madya Dr. Azmawati Mohammed Nawi ialah pensyarah perubatan di Jabatan Kesihatan Masyarakat, Fakulti Perubatan, Universiti Kebangsaan Malaysia.