

>Gejala leukemia akut

>Cepat penat dan lemah kerana kekurangan sel darah merah.

>Mudah mengalami jangkitan atau jangkitan berulang akibat kekurangan sel darah putih.

>Badan mudah lebam dan cenderung mengalami pendarahan kerana kekurangan platlet.

>Demam berpanjangan.

>Nodus limfa bengkak (terutama pada leher, ketiak, celah kangkang dan abdomen).

>Sakit tulang.

>Gejala CML

>Letih lesu.

>Pucat.

>Penurunan berat badan yang ketara.

>Hilang selera makan.

>Berpeluh pada waktu malam.

>Hati atau limpa bengkak.

>Lebam dan bintik merah pada kulit (tanda pendarahan)

Ketahanan lemah

Metro Ahad 1/3/26 1.4.07

Tanpa rawatan, pesakit tidak mungkin dapat meneruskan hidup

>>Oleh **NORLAILA HAMIMA JAMALUDDIN**

norlaila@hmetro.com.my

KETIKA mengunjungi Forum Awam Kanser Darah dan Pemindahan Sel Stem di pekarangan Hospital Universiti Kebangsaan Malaysia (HUKM) baru-baru ini, banyak perkataan baru dipelajari yang kebanyakannya dirasakan 'amat asing' dan menakutkan.

Malah, ketika diminta mengisi borang soal selidik pengetahuan mengenai kanser darah, hampir 50 peratus soalan objektif (ada pilihan jawapan) ditandakan dengan perasaan ragu-ragu kerana terlalu banyak yang penulis tidak tahu.

Perkataan kanser saja menakutkan, apatah lagi jika kanser itu berlaku pada darah, bisik teman wartawan yang turut mengunjungi pameran berkenaan.

Ketika itu terasa bersyukur dikurniakan kesihatan yang baik — antara harta peribadi yang tidak boleh dijual beli.

Memang tidak ramai tahu mengenai kewujudan pel-

bagai kanser darah. Dr Mohamad Abdul Razak, berkata antara kanser darah paling biasa ditemui ialah limfoma dan leukemia. Secara purata HUKM menerima 60 kes baru (40 kes limfoma dan 20 kes leukemia) setiap tahun.

Peratusan kes baru didahului limfoma (55 peratus), leukemia (28 peratus), multiple myeloma (14 peratus) dan tiga peratus kes kanser darah lain. Penyakit ini, walaupun kedengarannya menakutkan, tetapi dapat dirawat dan disembuhkan jika dikesan awal serta mendapat rawatan sewajarnya.

Berdasarkan Daftar Kanser Kebangsaan Kedua 2003, leukemia dan limfoma menduduki tangga keempat dan kelapan dalam carta keseluruhan kanser sebagai kanser darah paling kerap menyerang lelaki di Semenanjung Malaysia.

Daripada 100,000 orang lelaki, 663 (7.1 peratus) disahkan menghidap leukemia dan 402 (4.3 peratus) mendapat limfoma dan 67 (0.7 peratus) menderita akibat myeloma.



>Kesan kemoterapi

- > Loya.
- > Muntah.
- > Sakit mulut.
- > Rambut gugur.
- > Keletihan.
- > Kulit pucat.
- > Pening.
- > Kurang darah.
- > Sembelit.
- > Cirit-birit.
- > Hilang selera makan.
- > Jangkitan.
- > Kesakitan atau luka pada mulut, gusi dan kerongkong.

gai jenis kanser darah, kecuali leukemia. Sebenarnya ada banyak kanser darah tetapi tiga jenis yang utama ialah limfoma, leukemia dan multiple myeloma yang terjadi pada sumsum tulang atau tisu mahupun kelenjar limfatik.

Kehadiran sel kanser menjejaskan proses penghasilan darah dan mengurangkan daya ketahanan badan (sistem imun) daripada jangkitan penyakit. Tanpa rawatan, pesakit tidak mungkin dapat meneruskan hidup.

Namun, perkembangan dunia perubatan mampu meningkatkan kadar untuk hidup di kalangan pesakit kanser darah kanak-kanak daripada empat peratus (pada 1960) kepada 79 peratus jika mendapat rawatan terbaik.

Kanser darah bukan penyakit berjangkit atau keturunan. Ia boleh berlaku kepada sesiapa saja dan puncanya tidak diketahui.

Kebarangkalian orang dewasa menghidap kanser darah lebih tinggi berbanding kanak-kanak kerana risiko meningkat dengan pertambahan umur. Malah, risiko lelaki mendapat kanser darah juga lebih tinggi berbanding wanita.

Pengaruh HUKM, Profe-

Ketua Khidmatan Hematologi Klinikal dan Transplantasi Sel Stem HUKM, Profesor Madya Dr Syarifah Fadilah Abdul Wahid, berkata kanser darah membabitkan pertumbuhan sel tidak normal dalam darah dan sumsum tulang.

Darah bertugas sebagai pembawa oksidase dan nutrien ke seluruh organ, membantu proses penyembuhan dan melawan benda asing yang masuk ke dalam badan, termasuk bakteria serta virus.

Darah membabitkan beberapa komponen iaitu:

- Plasma — cecair berwarna kekuningan yang membawa sel darah ke seluruh badan.

- Sel darah merah — mengandungi hemoglobin, iaitu protein untuk membawa oksigen.

- Platlet — sel paling kecil yang bertanggungjawab dalam pembekuan darah.

- Sel darah putih (leukosit) — tugasnya ialah melindungi badan daripada penyakit dan jangkitan.

Ada lima jenis sel darah putih, termasuk limfosit (25 peratus daripada jumlah keseluruhan sel darah putih). Jumlah limfosit berubah dari semasa ke semasa, terutama



BERKESAN... peluang sembuh lebih tinggi jika pesakit menjalani pemindahan sel stem.

ketika badan melawan jangkitan.

a. Leukemia

Leukemia biasanya bermula daripada sumsum tulang. Ia boleh dibahagikan kepada dua jenis, iaitu leukemia akut dan leukemia mieloid kronik. Leukemia akut ialah kanser sel darah putih yang berkembang cepat dalam masa singkat iaitu dari beberapa minggu ke bulan. Keadaan ini berlaku apabila jumlah sel kanser darah

berlebihan dalam sumsum tulang dan tidak berfungsi secara normal untuk melawan jangkitan.

Kandungan sel darah putih yang berlebihan mengganggu penghasilan sel darah merah dan platelet. Sel kanser ini tersebar ke seluruh badan dan berkumpul pada organ tertentu dan menyebabkan organ berkenaan membengkak.

Leukemia akut ada dua jenis, iaitu leukemia mieloblastik akut (AML) dan leukemia limfoblastik akut

(ALL). Bunyinya memang 'kronik', tetapi secara umumnya AML berlaku pada orang dewasa dan ALL pula boleh menyerang kanak-kanak serta orang dewasa.

ALL adalah kanser darah paling biasa pada kanak-kanak berumur kurang 13 tahun dan masih menjadi pembunuh utama pesakit kecil.

"Punca leukemia tidak diketahui, tetapi beberapa perkara dikatakan ada kaitan dengan leukemia akut iaitu ra-

diasi, terdedah pada bahan kimia berbahaya seperti benzena dan mengalami ketidaknormalan kongenital (sejak lahir) seperti penyakit Sindrom Down,” katanya.

Leukemia mieloid kronik (CML) pula biasanya menyerang orang dewasa berumur di antara 50 hingga 70 tahun.

Diagnosis

Seseorang pesakit perlu menjalani beberapa ujian sebelum disahkan menghidap leukemia seperti ujian darah (bagi melihat jumlah sel darah putih pra matang, jumlah sel darah merah dan platlet). Malah, pemeriksaan sampel sumsum tulang pesakit mungkin diperlukan untuk mengesahkan jenis leukemia dihidapinya.

Bagi leukemia kronik, ia dikesan melalui peningkatan jumlah sel darah putih. Pesakit CML mungkin mempunyai platlet normal, banyak atau sedikit, manakala jumlah sel darah merah biasanya rendah.

Rawatan

Menurut Dr Sharifah, rawatan untuk leukemia akut dimulakan dengan induksi kemoterapi dan pesakit perlu tinggal di hospital di antara tiga hingga empat minggu

yang mempunyai dua kategori, iaitu gred rendah dan gred tinggi. Ia lebih kerap berlaku pada lelaki pada kadar 7:1 berbanding wanita.

Walaupun puncanya tidak diketahui, penyelidikan percaya ia ada kaitan dengan keturunan iaitu individu yang mempunyai sejarah keluarga diserang kanser (sebarang jenis) berisiko mendapat limfoma.

Faktor genetik juga menyebabkan seseorang itu lebih cenderung mendapat kanser limfoma. Faktor lain yang boleh meningkatkan risiko limfoma ialah mengalami jangkitan virus Epstein Barr (EBV), terlalu banyak minum minuman keras, terdedah pada bahan kimia (benzena) dan radiasi serta kehadiran penyakit genetik seperti Sindrom Down.

Individu yang menghidap kanser limfoma kerap mengalami gejala seperti:

- Kelenjar limfa di leher, ketiak dan pangkal paha bengkak
- Letih.
- Demam dan kesejukan.
- Berpeluh pada waktu malam.
- Hilang selera makan dan berat badan menyusut.

Rawatan limfoma biasanya membabitkan kemoterapi, radioterapi atau gabungan dua kaedah ini. Limfoma gred rendah akan dirawat



ff

Transplantasi sel stem adalah kaedah paling baik untuk meningkatkan peluang sembuh sehingga 80 peratus. Pesakit muda biasanya mempunyai peluang lebih baik”

>Profesor Madya Dr Syarifah Fadilah Abdul Wahid
Ketua Perkhidmatan Hematologi, Kimikal dan Transplantasi Sel Stem HUKM

CEPAT SEMBUH...
rawatan kemoterapi ada kesan sampingan.



>Amalan pemakanan

> Makan secara sihat dan mengekalkan berat badan seimbang. Risiko kanser lebih tinggi di kalangan individu gemuk.

> Makan pelbagai jenis makanan.

> Lebihkan pengambilan sayur-sayuran dan buah-buahan.

> Makan makanan kaya kandungan serat, termasuk roti mil penuh, kacang.

> Kurangkan lemak dan minyak.

> Kurangkan makanan yang diawet, disalai dan dijeruk. Bahan nitrit yang digunakan untuk mengawet makanan dan asap daripada pembakaran tidak lengkap menghasilkan tar yang diserap oleh makanan. Bahan ini boleh mendatangkan kesan buruk kepada kesihatan.

> Elakkan minum minuman keras.

>Panduan pemakanan pesakit kanser

tiga hingga empat minggu. Leukemia bersifat lebih 'ganas' dan berbahaya. Justeru, adakala rawatan ini mengambil masa beberapa bulan hingga tahun.

Apabila jumlah sel darah pulih, pesakit perlu menjalani ujian sumsum tulang. Rawatan selanjutnya bergantung kepada hasil ujian sumsum tulang pesakit. Peluang untuk sembuh lebih tinggi jika pesakit menjalani pemindahan atau transplantasi sel stem.

Rawatan awal yang sewajarnya dapat meningkatkan peluang pesakit untuk sembuh. Hampir 70 peratus pesakit dapat mencapai remisi penuh (tiada sel kanser dikesan dalam darah atau sumsum tulang) selepas lima tahun.

b. Limfoma

Ia adalah kanser sel darah putih yang terhasil daripada sistem limfa iaitu kelenjar atau nodus limfa. Sistem limfa adalah satu sistem berhubung jaringan yang menghubungkan seluruh anggota untuk membantu pengaliran cecair badan. Nodus limfa ini menapis dan membunuh mikro organisma asing.

Limfoma boleh dibahagikan kepada dua jenis, iaitu limfoma Hodgkin dan bukan Hodgkin (NHL). Lebih 90 peratus pesakit di negara ini menghidap limfoma NHL

gred rendah sukar disembuhkan sepenuhnya, tetapi kadar pertumbuhan sel kanser berlaku perlahan.

Biasanya pesakit mempunyai jangka hayat antara enam hingga lapan tahun. Manakala limfoma gred tinggi pula lebih berbahaya dan boleh membunuh dalam jangka masa beberapa bulan jika tidak mendapat rawatan.

"Transplantasi sel stem adalah kaedah paling baik untuk meningkatkan peluang sembuh sehingga 80 peratus. Pesakit muda biasanya mempunyai peluang lebih baik, namun ia juga bergantung kepada kategori penyakit dihidapinya.

"Kaedah ini membolehkan pesakit menerima rawatan kemoterapi pada dos lebih tinggi supaya kadar penyembuhan lebih baik. Transplantasi sel stem selepas kemoterapi atau radioterapi memulihkan fungsi sumsum tulang," katanya.

TSS ada dua jenis iaitu TSS autologus (menggunakan sel stem pesakit) atau alogenik iaitu mendapat sel stem daripada penderma. Sel stem boleh diperoleh daripada sumsum tulang, darah (tetapi jumlahnya kecil) dan darah tali pusat bayi baru lahir.

Tidak kira apa cara digunakan, paling penting ialah kesediaan pesakit untuk menerima hakikat. Pada peringkat awal, ramai pesakit, te-



rutama yang masih muda, sukar menerima kenyataan dan kerap mengalami kemurungan.

Ketika ini sokongan keluarga penting untuk menguatkan semangat mereka supaya dapat menjalani rawatan segera.

Harapan untuk sembuh sentiasa ada selagi mereka sanggup menjalani rawatan kerana perubatan kini mampu menyembuhkan 50 pe-

ratus kes kanser darah.

Pesakit biasanya perlu menjalani rawatan selama setahun diikuti rawatan susulan selama lima tahun. Jika dalam tempoh ini tiada sel kanser baru dikesan, bermakna peluang untuk sembuh adalah tinggi.

"Oleh kerana kanser darah boleh berlaku pada sesiapa saja, setiap orang perlu peka terhadap kesihatan mereka dan datang menjalani peme-

riksaan jika ada gejala kanser.

"Keluarga perlu banyak bersabar, bertolak ansur dan cuba memahami keadaan pesakit yang sentiasa kurang sihat akibat kesan sampingan rawatan.

"Selain mendapat rawatan awal yang sewajarnya, sokongan ahli keluarga dan kawan boleh meningkatkan peluang pesakit untuk sembuh," katanya.

Pesakit Kanser

- > Makan sedikit tetapi kerap.
- > Makan makanan kering dan elak makanan berbau terlalu kuat.
- > Makan makanan masam.
- > Hindarkan makanan banyak lemak atau minyak.
- > Minum banyak air sejam sebelum atau selepas makan.
- > Minum minuman manis yang sejuk seperti jus buah.
- > Makan makanan lembut dan berkuah.
- > Pilih snek mengandungi banyak protein dan kalori.
- > Elak minum ketika makan.
- > Makan pada waktu yang tetap.
- > Makan bersama keluarga atau berteman.

Kemoterapi

Ia memabatkan penggunaan beberapa jenis ubat untuk membunuh sel kanser darah. Ramai yang mempunyai anggapan salah mengenai ubat kemoterapi, tetapi ia sebenarnya penting untuk membolehkan pesakit sembuh.

Bagaimanapun, pesakit tidak perlu bimbang kerana doktor ada cara untuk mengurangkan kesan sampingan.