



TRAUMA EKZEMA

Penghidap sengsara akibat B/H 2/10/2014 (A)
kerap menggaru, kulit luka 146

Oleh Diyanah Anuar
diyanah@bharian.com.my

RAMAI menyangkakan persekitaran atau cara hidup yang tidak mengutamakan kebersihan sebagai penyebab terjadinya jangkitan atau kegatalan kulit. Namun, hakikatnya, persekitaran yang terlalu bersih juga boleh menyebabkan jangkitan, kegatalan atau alahan kepada kulit.

Penyakit ekzema, kegatalan atau radang kulit misalnya, lebih banyak ditemui di negara maju, yang kebiasaannya rakyatnya mengambil berat mengenai kebersihan. Bilangan penghidap ekzema yang tinggi dicatatkan di negara maju sejak tiga dekad yang lalu.

"Ia barangkali disebabkan persekitaran terlalu bersih di negara maju hingga membuatkan sistem imun badan seseorang itu malas, seterusnya tidak dapat membezakan antara unsur baik ataupun jahat.

"Sistem imun yang malas



ekzema, Dr Leong berkata, berdasarkan pemantauan penyelidik, ada kaitan antara kebanyakan pesakit ekzema dengan tahap pembangunan negara. Sebagai contoh, di Malaysia, sejumlah 12.6 peratus penghidap ekzema adalah murid sekolah berbanding

tetapi membolehkan bakteria *Staphylococcus aureus* (*S. aureus*) yang 95 peratus ada pada kulit penghidap ekzema atopik (perukaaan), berjangkit dan membiak.

Akibatnya, kulit bukan saja lebih berisiko menjadi kering dan rapuh, tetapi ia juga



Penyakit ini tidak dapat dipulihkan, maka kawalan atau pengurusan yang baik diharap dapat mengurangkan atau memendekkan tempoh serangan"

Dr Leong King Fon
Perunding Dermatologi Pediatrik HKL



Apa yang penting, ibu bapa, penjaga dan keluarga kanak-kanak perlu cekal menguruskan anak yang menghidap ekzema"

Prof Anthony Chu,
Perunding Dermatologi Hospital
Hammersmith, United Kingdom,

ini akan bertindak balas dengan setiap bakteria yang ada hingga membuatkan seseorang terlampau sensitif dan mudah mendapat alahan," kata Perunding Dermatologi Pediatrik Hospital Kuala Lumpur (HKL), Dr Leong Kin Fon.

Beliau berkata demikian pada majlis pelancaran kempen menentang ekzema di Malaysia, 'United Against Itch', anjuran LEO Pharma baru-baru ini.

LEO Pharma, sebuah syarikat farmaseutikal berasaskan penyelidikan dari Denmark bekerjasama dengan doktor tempatan dan antarabangsa untuk menentang ekzema, penyakit kulit yang dihidapi dua daripada 10 rakyat Malaysia, namun boleh dirawat. Pengurus (Negara) LEO Pharma, Tan Keng Aun berkata, kerjasama yang dijalinan ini bertujuan untuk mewujudkan kesedaran mengenai ekzema serta memberitahu masyarakat bahawa ada harapan untuk penghidapnya mengawal penyakit ini.

Mengulas lanjut masalah

kira-kira 3.7 peratus. Fenomena ini turut dilihat di Sabah dan Sarawak yang mana kadar penghidapnya lebih rendah jika dibandingkan dengan Semenanjung.

Dr Leong berkata, antara ciri ekzema adalah kegatalan kulit yang membuatkan pesakit sentiasa ingin menggaru. Kulit penghidap ekzema juga sangat kering kerana tiada lapisan yang menahan cecair daripada dalam kulit.

Malah, ada interaksi dinamik antara genetik dan persekitaran sebagai pencetus penyakit ekzema selain faktor tabiat gatal dan menggaru, cuaca panas, kering, peluh, bakteria, sabun atau pencuci yang mengeringkan kulit, alahan makanan dan hama.

"Seseorang juga boleh menghidap ekzema kerana faktor genetik atau imunologik serta kecenderungan pembiakan mikrob," katanya.

Kulit pesakit ekzema biasanya sangat gatal, kemerahan dan kadangkala melepuh ketika mengalami serangan. Akibat kerap menggaru, kulit bukan saja semakin rosak,

semakin sensitif kepada impak bahan kimia atau elemen lain yang menimbulkan alahan.

"Apabila bakteria memasuki bahagian kulit yang renggang dan rosak kerana digaru, resapan toksin membuatkan kulit terus membengkak dan kegatalan yang teramat. Jangkitan ini memperlahankan lagi penyembuhan penyakit ini. Lama-kelamaan, kulit semakin bersisik tebal dan berkerak," katanya.

Mereka yang mengalami ekzema sering terbelenggu dalam kitaran gatal dan desakan untuk menggaru bagi suatu tempoh yang lama. Bagi merawat penyakit ini, kitaran ini harus diputuskan.

Dr Leong berkata, ekzema boleh dikawal dengan penggunaan ubat yang dapat membantu memecahkan kitaran gatal-garu, memberikan kelegaan pantas daripada kegatalan, malah menghilangkan kelepuhan kulit dengan lebih baik.

Beliau juga lebih mengutamakan aspek konsultasi bersama ibu bapa atau penjaga kanak-kanak bagi memberi



mereka pemahaman yang sewajarnya mengenai penyakit ini.

"Kaedah yang boleh dia-
malkan bagi mengawal ekzema adalah dengan menye-
imbangan faktor pencetus serangan ekzema.

"Penyakit ini tidak dapat dipulihkan, maka kawalan atau pengurusan yang baik diharap dapat mengurangkan atau memendekkan tempoh serangan, sekali gus menjadikan kanak-kanak yang lebih gembira," kata beliau.

Perunding Dermatologi di Hospital Hammersmith, United Kingdom, Prof Anthony Chu, berkata ekzema bukan sekadar masalah penghidapnya semata-mata, tetapi turut memberi kesan kepada persekitaran dan kehidupan keluarga itu, termasuk waktu tidur mereka. Anak kecil yang menderita ekzema kerap menangis dan sukar tidur dan sekali gus turut menjejaskan perkembangan fizikal mereka.

"Apa yang penting, ibu bapa, penjaga dan keluarga kanak-kanak perlu cecal menguruskannya anak yang menghidap ekzema. Secara semula jadi, penyakit ini akan beransur hilang apabila kanak-kanak itu menginjak dewasa.

"Majoriti pesakit menghidapnya sebelum mencecah usia lima tahun dan 50 peratus daripadanya pula pulih apa-

bila mencapai usia 10 tahun. Jarang pesakit terus menghidap ekzema dari kecil hingga dewasa," katanya.

Justeru, beliau menyarankan supaya ibu, bapa dan penjaga saling membantu dalam menguruskan anak yang menghidap ekzema dan mencari kaedah paling sesuai bagi mengurangkan ketidakselesaan yang ditanggung anak mereka.

"Dari segi pengambilan ubat pula, ramai ibu bapa yang agak keberatan apabila diberitahu anak mereka perlu diberikan ubat yang mengandungi steroid kerana bimbang kesan sampingannya.

"Tanggapan begitu sewajarnya diubah. Sapuan ubat steroid dapat membantu mengawal penyakit ini dengan baik, dengan syarat ia digunakan dengan betul berdasarkan nasihat pakar.

"Selain itu, ibu bapa juga perlu berwaspada dalam memilih ubat. Walaupun ubat yang mungkin menjadi pilihan mereka itu berasaskan herba, tidak bermakna ia selamat diambil," kata beliau.

Sementara itu, Keng Aun berkata, kerjasama yang dijalinan ini bertujuan untuk mewujudkan kesedaran mengenai ekzema serta memberitahu masyarakat bahawa ada harapan untuk penghidapnya mengawal penyakit ini.

Rawatan konvensional untuk ekzema

- Mandi setiap hari dengan produk mandian yang lembut dan merawat kulit kering
- Gunakan pelembap pada kulit
- Sapu ubat sapu yang mengandungi steroid atau ubat sapu penghalang calcineurin
- Sapu antibiotik
- Penggunaan sedatif antihistamin

Bagaimana untuk mengurangkan kitaran gatal-garu?

- Pastikan kuku pesakit sentiasa pendek
- Gunakan balutan tuala basah untuk anak kecil
- Sedatif antihistamin
- Sapuan dengan krim emolien
- Gunakan tuala sejuk untuk mengelak daripada menggaru
- Sokongan psikologi