

Strok bawa maut

» Amalan pemakanan tidak sihat punca serangan penyakit, golongan muda turut jadi mangsa

APAKAH AF?

- Apabila ritma **denyutan jantung** tidak normal.
- Degupan jantung **tidak teratur**.
- Kadar degupan jantung sangat pantas iaitu **350-700 seminit**.
- Atrium **tidak mengecut** dengan efektif.

INDIVIDU ATAU PESAKIT YANG TERDEDAH KEPADA AF

- Darah tinggi
- Diabetes
- Paru-paru
- Tiroid
- Buah pinggang
- Sesak nafas
- Obes

SEBAB TERJADI AF

- Mereka yang mempunyai **sejarah sakit jantung**.
- Individu yang minum **arak** atau alkohol dan pneumonia.

GEJALA AF

- Jantung berdebar.
- Lesu.
- Sakit dada.
- Pening kepala.

Oleh Rashiqah Ilmi
Abd Rahim
rasyiqah@bh.com.my

Setiap tahun, lebih 15 juta individu di seluruh dunia menderita akibat strok atau lebih dikenali sebagai angin ahmar. Daripada jumlah itu juga, dianggarkan kira-kira 50,000 rakyat di negara ini diserang setiap tahun.

Angka itu membuktikan secara purata, seorang diserang strok bagi setiap 10 minit. Lebih membimbangkan kajian peringkat antarabangsa mendapati, menjelang tahun 2020, kadar kematian disebabkan strok akan meningkat hampir dua kali ganda.

Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) menerusi kajiannya pada tahun 2003 mendapati, punca utama ialah peningkatan jumlah warga emas dan kekurangan kawalan terhadap faktor risiko utama strok, terutama di negara kurang membangun.

Strok adalah punca kematian ketiga di Malaysia. Secara umumnya, penyakit ini bukan hanya memberi impak kepada kualiti kehidupan pesakit, malah ahli keluarga terdekat.

Fungsi otak rosak tiba-tiba

Serangan disebabkan kerosakan fungsi otak secara tiba-tiba yang disebabkan sama ada kekurangan pe-

ngaliran darah ke otak atau pendarahan di dalam otak.

Penyakit ini boleh diklasifikasikan kepada dua jenis iaitu yang berlaku selepas pendarahan otak dan strok yang bukan berpunca daripada pendarahan (strok infark). Biasanya strok pendarahan berlaku secara tiba-tiba tanpa isyarat.

Pakar Kesihatan Awam, Hospital Columbia Asia, Dr Hanafiah Bashirun, berkata pesakit kencing manis berisiko empat kali ganda mendapat strok.

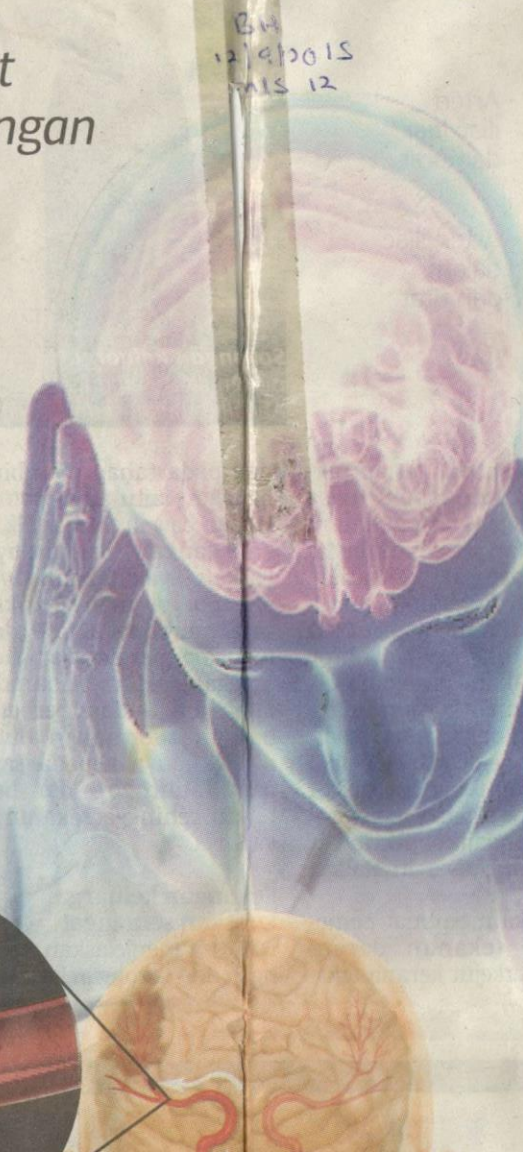
Beliau berkata, faktor menyumbang kepada serangan ialah amalan pemakanan tidak sihat, pengambilan banyak kolesterol dan mengalami masalah *atrial fibrillation (AF)* iaitu degupan jantung tidak tetap.

Katanya, dengan AF, risiko mendapat strok meningkat kerana kebuk atas jantung seseorang (atrium) tidak mengecut dengan efektif yang menjejaskan kelancaran pengaliran darah dalam jantung.

Darah bertakung dalam atrium

"Ini menyebabkan darah bertakung dalam atrium dan apabila alirannya terganggu, pembekuan darah berlaku. Darah beku terbentuk di atrium boleh terpisah dan bergerak melalui arteri terus ke otak dan menyebabkan strok," katanya.

Dr Hanafiah berkata, AF antara gejala paling biasa menyebabkan berlaku-

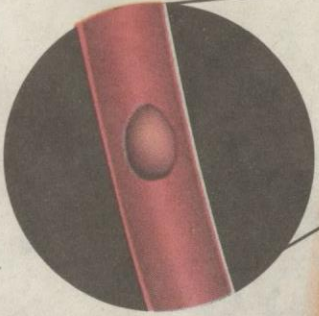


- Pingsan.
- Sesak nafas.

FAKTOR RISIKO AF

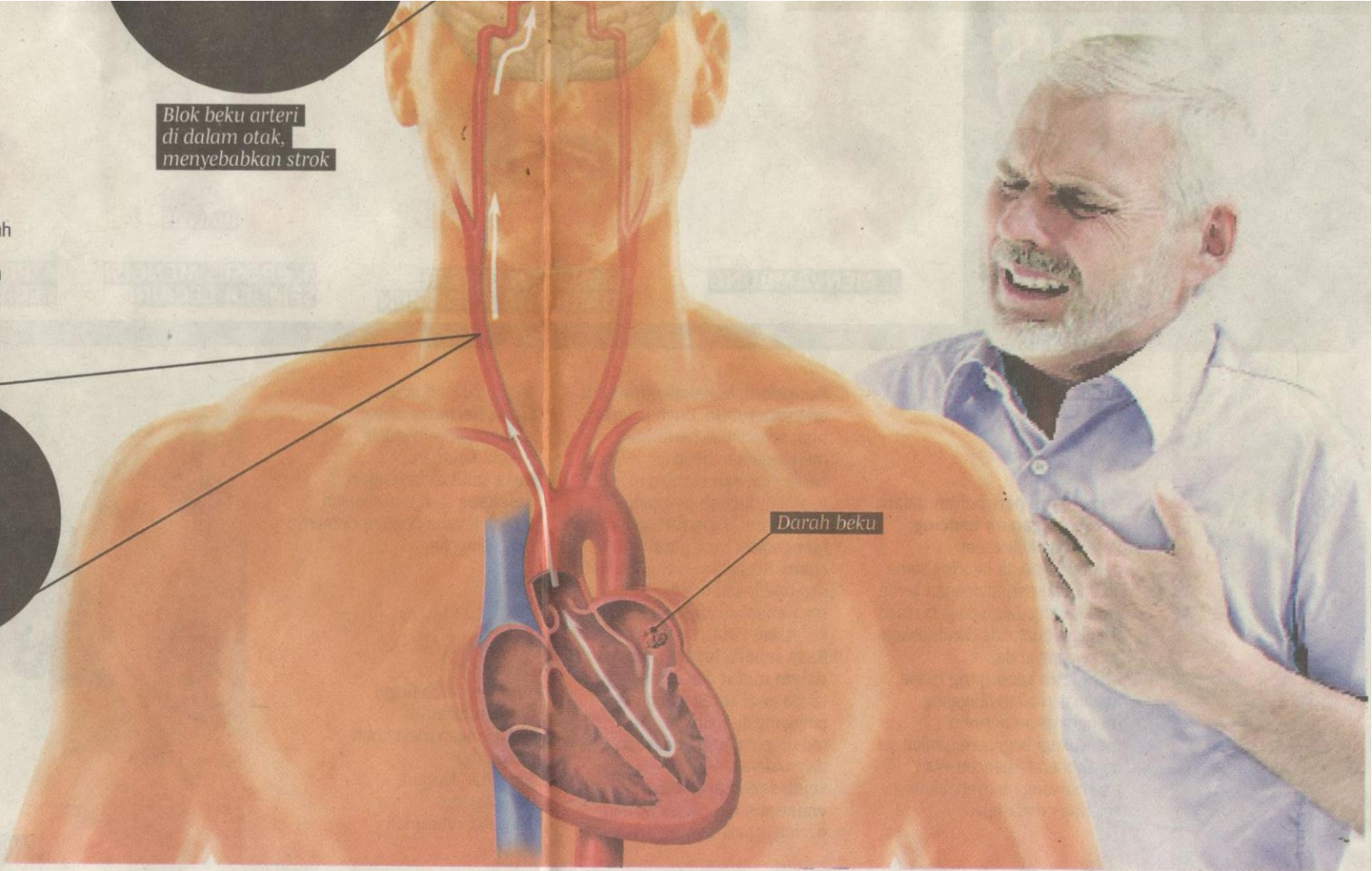
- Usia: lazimnya semakin usia bertambah, **risiko AF meningkat.**
- Gender: AF lebih banyak **dihadapi lelaki berbanding wanita.**
- Keadaan jantung: Masalah injap jantung, serangan jantung dan **kegagalan jantung berfungsi.**
- Faktor lain: Diabetes dan **darah tinggi.**

Blok beku arteri di dalam otak, menyebabkan strok



Darah beku bergerak dalam aliran darah

Darah beku



nya strok dalam kalangan masyarakat, selain berdebar, keletihan, sakit dada, pengsan, sukar bernafas dan pening.

Pesakit yang menghidap AF, kata beliau, berisiko lima kali ganda mendapat 'strok ischaemic', iaitu pengaliran darah ke otak berkurangan disebabkan arteri (saluran darah) sempit atau tersumbat.

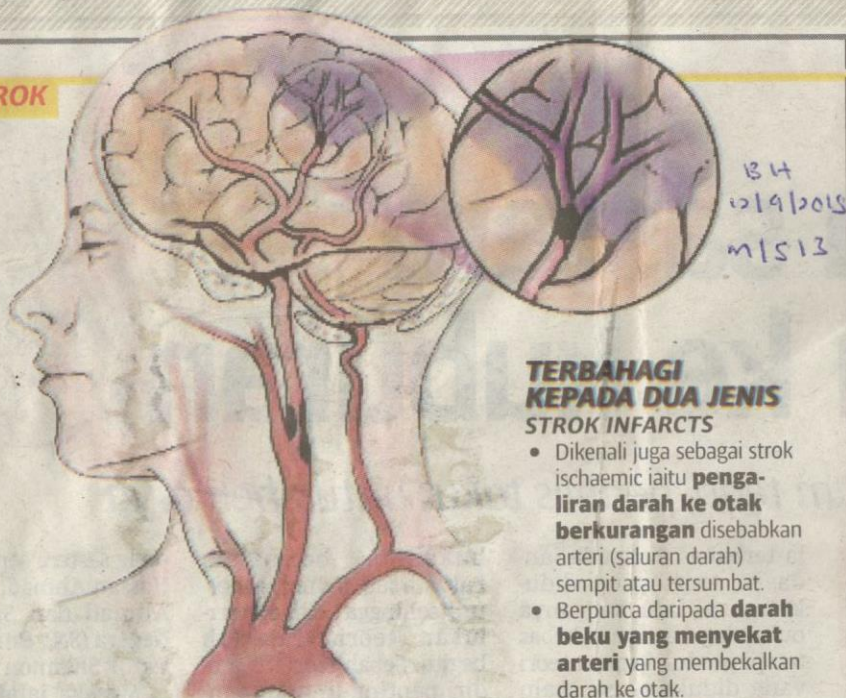
"Ini disebabkan darah beku menyekat arteri yang membekalkan darah ke otak. Ada dua jenis darah beku yang menyebabkan sekatan arteri iaitu *thrombus* dan *embolus*," katanya.

Jelasnya, AF boleh menyebabkan jantung seseorang itu berdegup melebihi 200 hingga 300 kali dalam seminit.

Satu ketika dulu, beliau berkata, AF tidak dilihat sebagai masalah yang mengancam nyawa dan ia kerap dikesan pada orang tua.

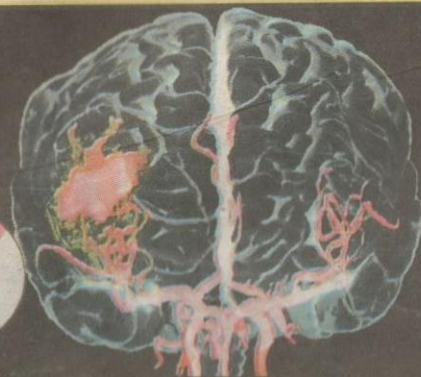
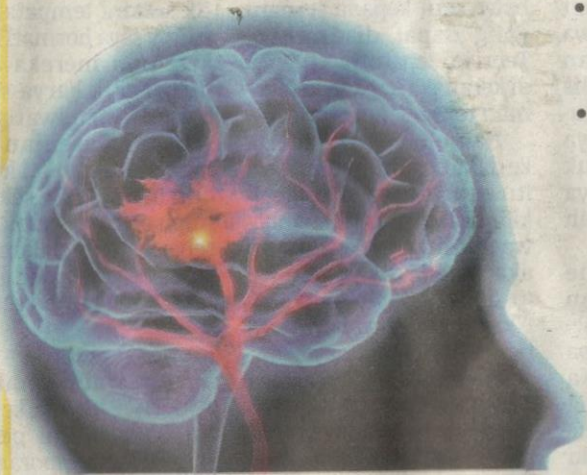
"Namun, hari ini, AF turut dikesan pada golongan seawal usia 14 tahun. Selain itu, ia kerap terjadi dalam kalangan orang muda yang masih aktif bekerja, bersukan dan tiada masalah kesihatan (seperti diabetes atau tekanan darah tinggi)," katanya.

STROK



TERBAHAGI KEPADA DUA JENIS STROK INFARCTS

- Dikenali juga sebagai strok ischaemic iaitu **pengaliran darah ke otak berkurangan** disebabkan arteri (saluran darah) sempit atau tersumbat.
- Berpunca daripada **darah beku yang menyekat arteri** yang membekalkan darah ke otak.
- Ada dua jenis **darah beku yang menyebabkan sekatan arteri** iaitu thrombus dan embolus.
- Thrombus iaitu darah beku berbentuk plak, bahan melekit mengandungi lemak dan kolesterol pada dinding arteri, manakala embolus, **darah beku yang bergerak dalam saluran darah**. Berpunca daripada bahagian lain seperti jantung atau arteri bahagian bawah yang kemudian menyekat laluan arteri yang membawa darah ke otak.



CEREBAL HAMORRHAGE (PENDARAHAN)

- Berlaku apabila salur darah dalam mana-mana **bahagian otak lemah dan pecah**.
- Apabila pecah, **darah masuk ke otak pada tekanan tinggi** dan boleh mengakibatkan pemampatan tisu dalam otak. Tekanan ini boleh menyebabkan kehilangan bekalan darah ke tisu di sekeliling otak.
- Strok biasanya berlaku secara tiba-tiba dan tidak ada amaran. Ini **bergantung kepada kawasan otak** yang terjejas. Lebih luas otak terjejas, semakin besar kerosakan dan lebih banyak fungsi otak juga akan rosak.

ATRIAL FIBRILLATION (AF)

- AF adalah masalah daripada ruang atas dalam jantung, **biasanya di atrium sebelah kanan**.

- Membabitkan **vena di bahagian pulmonari** yang membawa darah diperkaya oksigen daripada paru-paru.
- Untuk sampai ke bahagian pulmonari, **dilakukan kateter** melalui kaki pesakit. Kemudian kateter dipandu ke kawasan itu dan dengan sejumlah tenaga radiofrekuensi yang terkawal hingga memusnahkan tisu kardiak.

