

# MENCEGAH RISIKO KANSER

METRO BHAD 05/09/2012 MIS 02

Selain asap rokok, asbestos, vitamin E atau A berlebihan jadi penyumbang barah paru-paru, payudara, prostat

FOTO IHSAN SUNMED

Kanser paru-paru direkodkan sebagai kanser kedua tertinggi penyebab kematian selepas kanser payudara dalam kalangan rakyat Malaysia.

Ia biasanya dikaitkan dengan tabiat merokok yang menyebabkan pesakit terdedah secara langsung kepada karsinogen.

Banyak kajian menunjukkan lebih 4,000 bahan kimia di dalam rokok dan 50 daripadanya karsinogen yang merangsang atau menjadi punca sel kanser di paru-paru merebak ke organ lain.

Namun begitu, faktor sampingan yang menyumbang kepada risiko untuk menghidap penyakit itu tidak boleh diabaikan termasuk faktor persekitaran, pemakanan dan kurang bersenam.

Pakar Onkologi, Dr Tho Lye Mun dalam program Extreme Health 2018 anjuran BFM 89.9 The Business Station bersama Pusat Perubatan Sunway baru-baru ini berkata, risiko penyakit itu dalam kalangan bukan perokok juga tidak boleh diabaikan.

Antara yang menarik adalah penemuan kajian yang disiarkan dalam jurnal

perubatan luar negara mengenai pengambilan vitamin secara berlebihan juga dikatakan boleh mengundang penyakit kanser paru-paru selain kesan persekitaran sama ada di tempat kerja, rumah atau sekeliling.

“Kita sedia maklum selain faktor genetik, persekitaran seperti mempunyai ahli keluarga merokok juga boleh meningkatkan risiko kanser.

“Contohnya jika mempunyai suami perokok, isteri mahupun anak-anak akan terdedah kepada asap rokok dan mereka mempunyai risiko sehingga 20 peratus menghidap kanser berbanding rumah yang bebas asap rokok.

“Namun ada kajian dari negara jiran melaporkan golongan memasak menggunakan kualiti antara berisiko menghadapi kanser paru-paru.

“Mereka memasak dalam

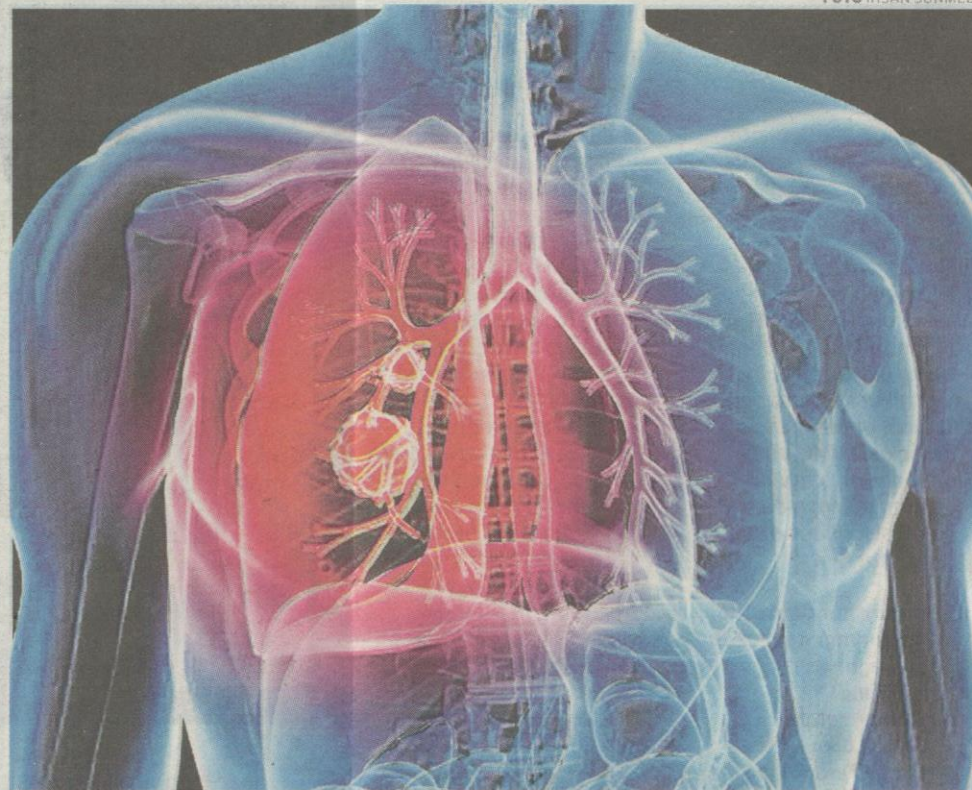
suhu tinggi selain terdedah kepada asap dan partikel tertentu yang bebas dalam udara di persekitaran, dihidu merangsang pertumbuhan sel kanser dalam paru-paru.

“Faktor lain yang tidak terduga laporan dalam satu jurnal perubatan luar negara mengenai pengambilan vitamin beta karoten atau vitamin E atau A secara berlebihan juga didapati menyumbang kepada kanser berkenaan.

“Meskipun kita sedia maklum produk kesihatan boleh memberi impak baik kepada kesihatan tetapi pengambilan keterlaluan menyebabkan komplikasi lain.

“Contohnya vitamin E boleh memburukkan keadaan pesakit kanser prostat. Hal yang sama juga boleh berlaku kepada pesakit kanser paru-paru.

“Jadi dapatkan maklu-





DR ANZA



DR THO

**PROSEDUR ketat mengendalikan asbestos.**



mat kerja yang terdedah kepada pemakanan dan doktor. Sebaiknya manfaatkan sumber semula jadi untuk nutrien harian yang diperlukan badan baik dan bukan daripada makanan tambahan,” katanya.

### **KESAN NEGATIF TEMPAT KERJA**

Sementara itu Pakar Perubatan Kesihatan Awam, Dr Anza Elias yang tampil sebagai panel dalam slot sama mendedahkan faktor sekeliling boleh meningkatkan risiko mendapat kanser payudara.

“Secara keseluruhan, risiko untuk penyakit melibatkan beberapa faktor termasuk keadaan diri, genetik, persekitaran dan kesan kerosakan di tempat kerja.

“Biasanya akses persekitaran merujuk kepada rumah dan tempat kerja yang mana mungkin ada antara rakan sekerja merokok menyebabkan kita terdedah sebagai perokok pasif. Keadaan ini juga dikenali sebagai ‘environment tobacco smoke’.

“Tidak lupa juga kepada mereka yang ada interaksi langsung kepada sumber karsinogen seperti asbestos yang diguna dalam kerja pembinaan bumbung selain kromium, kadmium dan silika punca kepada kanser paru-paru pada pekerja.

“Kajian menunjukkan pe-

kerja yang terdedah kepada asbestos dan merokok pada masa yang sama mempunyai risiko lebih tinggi mendapat kanser paru-paru.

“Dalam rekod terkini ada 17 syarikat pembuatan membabitkan bahan asbestos yang berdaftar.

“Jabatan Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan mempunyai prosedur kawalan ketat bagi mengurangkan risiko kanser paru-paru dalam kalangan pekerja termasuk memastikan pemeriksaan kesihatan berkala yang spesifik bagi mereka.

“Selain itu mereka yang bekerja dalam industri pembuatan menggunakan bahan kimia ini perlu mengambil langkah perlindungan optimum agar tidak terdedah secara langsung kepada bahan berbahaya terbahit,” katanya.

Kata Dr Anza, bagi mereka yang terdedah kepada asbestos di tempat kerja, sikap mengambil mudah dalam aspek kebersihan diri selepas bekerja bukan saja boleh memberi kesan kepada diri sendiri malah ahli keluarga atau orang sekeliling kerana fiber asbestos boleh melekat pada baju, rambut dan kulit.

Katanya, secara tidak langsung orang di sekeliling juga berpotensi menghidap kanser paru-paru.

### **Ada dua jenis utama kanser paru-paru.**

i. Karsinoma paru-paru bukan sel kecil atau ‘non-small-cell lung carcinoma’ (NSCLC).

● Jenis utama dan yang paling lazim membabitkan 75 hingga 85 peratus daripada keseluruhan kanser paru-paru.

● Ia terbahagi kepada: karsinoma sel skuamus, adenokarsinoma dan sel lain, sel besar, anaplastik dan sel jernih.

ii. Karsinoma paru-paru sel kecil atau ‘small-cell lung carcinoma’ (SCLC).

● Jenis kanser paru-paru yang kurang lazim (15 peratus).

● Mempunyai kecenderungan untuk merebak lebih awal ke beberapa bahagian organ lain dengan hampir 80 hingga 90 peratus didapati sudah merebak ke luar paru-paru sewaktu diagnosis dibuat.

### **Faktor penyebab:**

● Pendedahan langsung kepada ejen karsinogen contohnya rokok yang mengandungi racun dan bahan kimia.

● Mineral semula jadi seperti asbestos dan silika.

● Pendedahan langsung kepada bahan kimia seperti kromium dan kadmium.

● Pencemaran udara boleh meningkatkan risiko kanser paru-paru.