

Oleh Ilah Hafiz Aziz
illahhafiz.abdulaziz@bh.com.my

Bersisik, bertompok merah dan kegatalan antara simptom umum yang biasanya dihadapi oleh pesakit psoriasis.

Situasi itu biasanya mengganggu keyakinan pesakit yang mendapat penyakit kronik ini kerana ia memabiti fizikal badan dan kesannya mampu dilihat secara mata kasar oleh orang sekeliling.

Bagaimanapun, di sebalik kesan disifatkan mengganggu itu, psoriasis juga boleh menyebabkan kesakitan kepada sendi yang biasanya tidak disedari oleh penderita.

Mereka menganggap sakit pada bahagian sendi hanya biasa dan bukan berpunca daripada psoriasis, padahal ia berkait rapat dengan penyakit kulit itu.

Psoriatic Arthritis (PsA) adalah penyakit radang sendi ada kaitan dengan penyakit kulit psoriasis dan kira-kira 30 peratus pesakit psoriasis yang dikesan menghadapi PsA.

Apa itu Psoriasis?

- Psoriasis penyakit kulit kronik, iaitu kulit penghidap menebal lebih cepat daripada kulit normal

- Penyakit tidak berjangkit



Psoriasis serang sendi

Penyakit kulit mengganggu keyakinan pesakit, menyebabkan kemurungan dan kerosakan kekal jika tidak dirawat betul

Sakit belakang ada kaitan dengan sendi

Pakar Dematologi Hospital Pantai Kuala Lumpur, Dr Nazirin Ariffin, berkata pesakit biasanya tidak sedar sakit belakang atau sendi dialami ada kaitan dengan psoriasis menyebabkan rawatan lambat dilakukan.

Katanya, bagi penghidap lama mendapat penyakit ini timbul keadaan mereka akan sakit belakang, sakit pada sendi-sendi di sekitar kaki dan tangan.

“Apabila rawatan dilakukan, ada di antara tidak memberitahu pakar dematologi sebaliknya mengangap ia sakit belakang atau lenguh-lenguh biasa.

psoriasis peka tahap kesihatan termasuk interaksi tubuh dan memberitahu pakar kesihatan yang merawat mereka.

Mengenai kesihatan mental, beliau berkata hampir 50 peratus mereka menghidap penyakit itu berdepan dengan kemurungan.

“Psoriasis penyakit auto imun menyebabkan masalah kulit dan apabila berlaku sudah tentu menjejaskan tahap keyakinan khususnya apabila kulit tidak cantik.

“Ia mengganggu ‘self esteem’ pesakit disebabkan gangguan pada kulit dan pergerakan mereka,” katanya.

Selain kemurungan pesakit juga akan berdepan dengan *anxiety disorder* (keresahan).

“Pada pandangan saya, tidak perlu diet atau pantang tertentu, tetapi jika ada bertujuan untuk mengawal berat badan berlebihan.

“Pesakit psoriasis sentiasa dicadangkan untuk mengurangkan berat badan, pengambilan gula atau karbohidrat memastikan rawatan dilakukan lebih berkesan.

“Setakat ini, tiada kajian menunjukkan pesakit mengelak makanan tertentu akan bertambah baik daripada penyakit ini,” jelasnya.

Jika pesakit mengalami luka dan digaru, makanan boleh mengakibatkan alergi.

“Ada elak ayam, telur atau makanan laut untuk menghentikan gatal dan elak luka,” katanya.



• Kawasan dihidapi di kulit kepala, lutut, siku lengan dan kaki, selain bahagian tubuh lain termasuk kuku

• Tahap serius berbeza bagi setiap individu

• Sisik pada kulit, tompok-tompok merah pada kulit kepala, siku, lutut dan bahagian lain badan serta gatal.

• Boleh menyebabkan

radang pada sendi dikenali sebagai 'psoriatic arthritis'

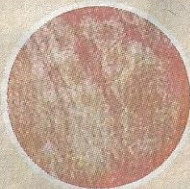
• Sakit atau bengkak pada sendi

• Berlaku di hujung pada jari tangan atau kaki

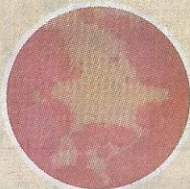
• Bahagian tulang belakang, pergelangan tangan, lutut atau pergelangan kaki

• Ubat krim berasaskan arang, kortison dan lain-lain jenis pelembap

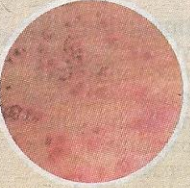
Jenis psoriasis



Plaque Psoriasis
jenis psoriasis paling lazim



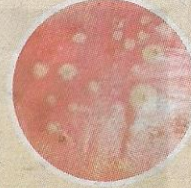
Erythrodermic Psoriasis
serius dan pesakit memerlukan rawatan di hospital



Guttate Psoriasis
kerap dihidapi kanak-kanak



Inverse Psoriasis
babitkan pelipat badan



Pustular Psoriasis
bernanah dan berbahaya nyawa

“Tetapi, adalah penting pesakit psoriasis menjaga tahap kesihatan mental mereka kerana ada kajian menunjukkan penyakit itu semakin teruk jika mereka mengalami tekanan tinggi.”

“Jadi amat penting mereka memberitahu pakar kesihatan yang merawatnya. Mungkin sakit itu disebabkan perkara lain seperti angkat barangan berat, tetapi penting berkongsi untuk pemeriksaan lebih lanjut,” kata beliau dalam *Bicara BH* bertajuk - ‘Ancaman Psoriasis: Simptom Dan Rawatan Awal’, secara maya di platform Facebook *BH*, baru-baru ini.

Hidup kemurungan

Dr Nazirin berkata, sekiranya sakit sendi didiagnos mempunyai kaitan dengan psoriasis, pesakit akan diberikan beberapa rawatan bersesuaian khususnya bagi membantu mengawal penyakit kronik itu.

“Pakar dematologi tidak merawat sakit berkaitan sendi, sebaliknya pesakit akan dirujuk pakar sendi dilihat rawatan bersesuaian tertakluk kepada penyakit dihidapi.

“Pakar sendi akan melihat tahap kesakitan dialami pesakit untuk dirawat dengan bersesuaian,” katanya.

Beliau meminta semua pesakit

Katanya, adalah penting pesakit psoriasis menjaga tahap kesihatan mental mereka kerana ada kajian menunjukkan penyakit itu semakin teruk jika mereka mengalami tekanan tinggi.

Pantang larang dalam pemakanan

Dr Nazirin menjelaskan, disebabkan penyakit itu masih belum diketahui punca, aspek pemakanan tertentu belum boleh dilihat sebagai punca terjadinya psoriasis.

Justeru, beliau menolak mencadangkan diet tertentu dalam menjaga serta mengawal penyakit auto imun berkenaan.

Rawatan

Mengenai rawatan berasaskan steroid, Dr Nazirin menjelaskan pakar kesihatan biasanya tidak mencadangkan digunakan secara berterusan.

“Memang ada ubat steroid dalam rawatan iaitu biasanya penggunaan krim secara ‘kecil-kecilan’ tetapi jika digunakan banyak mungkin kulit akan menipis.

“Malah, kita tidak cadangkan rawatan ubat steroid yang boleh dimakan kerana dalam kajian ada pesakit apabila menghentikan rawatan itu, psoriasis akan menjadi lebih teruk,” katanya.



Dr Nazirin (kiri) dan moderator, Datin Seri Fazilah Hani Harun ketika *Bicara BH* secara maya di platform Facebook *BH* di Balai Berita, Bangsar. (Foto Asyraf Hamzah/*BH*)