

Obesiti cetus 108 masalah kesihatan, tingkat risiko barah

Kuala Lumpur: Obesiti boleh mencetuskan sekurang-kurangnya 108 masalah kesihatan dan meningkatkan risiko 13 jenis penyakit barah.

Bagaimanapun, tidak ramai mengetahui hakikat yang menakutkan ini.

Pakar Perunding Pembedahan Gastrosus dan Obesiti Hospital Canselor Tuanku Muhriz (HCTM) Prof Datuk Dr Nik Ritza Kosai Nik Mahmood berkata, barah utama yang dikaitkan dengan obesiti ialah barah ra-

him, barah ovari, barah paru dara, barah kolorektal dan barah perut.

"Selain itu, adalah barah hati, barah pankreas dan barah esofagus.

"Sebab itu wanita terutama, cuba elakkan obesiti kerana ia bukan sahaja meningkatkan risiko barah, tetapi turut menjejaskan kesuburan disebabkan hormon estrogen yang tinggi," katanya.

Beliau berkata, obesiti mengurangkan pengaliran darah daripada kepala ke

bahagian bawah tubuh.

Ia boleh menyebabkan 'benign intracranial hypertension' (I IH) iaitu gangguan berkaitan dengan tekanan tinggi pada otak.

"Obesiti menyebabkan terdapat banyak lemak dalam saluran pernafasan yang menyukarkan bernafas semasa tidur (berdengkur).

"Masalah kesihatan lain berpunca daripada obesiti ialah sindrom hipoventilasi obesiti. Keadaan ini di mana pesakit mempunyai terlalu

banyak karbon dioksida dan terlalu sedikit oksigen dalam darah.

"Tanpa rawatan, ia boleh membawa kepada masalah kesihatan yang serius serta mengancam nyawa," katanya.

Menurut Dr Nik Ritza Kosai, masalah asid refluks boleh terjadi kepada individu obesiti.

"Berat badan yang tinggi akan memberi tekanan kepada perut. Jadinya kandungan asid akan naik ke esofagus dan menyebabkan

esofagus terbakar atau luka. Ia mencetuskan pedih pada ulu hati.

"Lama kelamaan, ia akan meningkatkan sel tidak baik melekat di esofagus. Ini meningkatkan risiko barah esofagus," katanya.

Beliau berkata, hati adalah kebimbangan utama kepada individu obesiti kerana apabila mereka makan makanan manis, makanan itu akan disimpan dalam hati terdahulu, dalam bentuk glikogen.

"Glikogen tidak bagus un-

tuk hati kerana akan menyebabkan pembakaran pada sel hati. Bila terbakar menyebabkan sel ini bengkok. Keadaan ini dipanggil hati berlemak.

"Tapi lama kelamaan sel yang terbakar sembuh dengan tisu berparut. Apabila keseluruhan hati berparut (dipanggil fibrosis) dan seterusnya menjadi sirosis.

"Masalah lain dikaitkan dengan obesiti ialah masalah sendi, lutut, buku lali, lutut dan sebagainya," katanya.

Oleh Nor 'Asyikin Mat Hayin
am@hmetro.com.my

'SENTUHAN EMAS' DR NIK RITZA KOSAI

Pakar transformasi 2,360 individu obesiti kepada sihat dengan berat badan ideal

Kuala Lumpur

Seramai 2,360 individu obesiti yang mempunyai pelbagai masalah kesihatan berjaya ditransformasi kepada individu sihat dengan berat badan ideal dan bebas penyakit.

Kejayaan ini hasil 'sentuhan emas' Pakar Perunding Pembedahan Gastrosus dan Obesiti Hospital Canselor Tuanku Muhriz (HCTM) Prof Datuk Dr Nik Ritza Kosai Nik Mahmood, bersama pasukannya menerusi pembedahan bariatrik dilakukan sejak tahun 2011.

"Bahagian perut yang diubah ini mempunyai banyak sel mengeluarkan hormon selera iaitu hormon gherlin.

"Selepas pembedahan, pengeluaran hormon 'gherlin' dapat dikurangkan sehingga 60 peratus dan kesannya selera makan berkurangan,"

37.5 ke atas, tanpa ada sebarang masalah perubatan.

"Hanya kes spesifik dan tertentu sahaja, pembedahan ini boleh dilakukan kepada individu BMI 27.5 ke atas.

"Contohnya, individu menghidap penyakit kencing manis tanpa kawalan,

biasa termasuk di Malaysia.

"Berdasarkan Tinjauan Kebangsaan Kesihatan dan Morbiditi (NHMS) 2019, seorang daripada dua rakyat Malaysia mengalami obesiti," katanya.

Tambahnya, fakta kedua yang amat merisaukan ialah seorang daripada lima ra-

sebabkan oleh obesiti.

"Sebab itu, jumlah pesakit yang menjalani pembedahan bariatrik dalam tempoh sedekad ini semakin meningkat," kata-



Untuk rekod, bilangan itu adalah paling tinggi direkodkan oleh mana-mana hospital di Malaysia.

Pesakit obesiti paling berat dikendalikan Pasukan Pembedahan Gastrosus dan Obesiti HCTM dalam pembedahan bariatrik ialah seberat 327 kilogram (kg) pada 2015.

Difahamkan, berat terkini pesakit berkenaan ialah sekitar 120 hingga 130kg.

Dr Nik Ritza Kosai berkata, pembedahan bariatrik ialah rawatan klinikal untuk mengatasi masalah obesiti.

Beliau berkata, banyak kajian yang disokong dengan penerbitan jurnal kesihatan, membuktikan keberkesanan pembedahan bariatrik daripada segi rawatan dapat menyembuhkan penyakit kencing manis dan penyakit kronik lain.

“Secara umumnya terdapat dua kategori pembedahan bariatrik iaitu gastrektomi lengan (*sleeve gastrectomy*) yang membabitkan individu ada masalah obesiti.

“Dalam pembedahan ini (gastrektomi lengan), perut pesakit dikecilkan melalui cara membuang 2/3 perut daripada keseluruhan saiz organ itu dan hanya 1/3 bahagian perut berfungsi.

katanya.

Menurutnya, manakala kategori kedua ialah pintasan gastrik (*gastric bypass*) bagi individu berat badan berlebihan dan menghidap penyakit kronik.

“Dalam prosedur ini, kita membuat kantung kecil daripada perut dan menghubungkannya terus ke usus kecil.

“Ini dapat mengurangkan penyerapan nutrisi terutama lemak atau karbohidrat dan kalori dalam badan, sekali gus menurunkan paras gula dalam darah,” katanya.

Kata Dr Nik Ritza Kosai, pembedahan bariatrik bukan jalan pintas untuk kurus tetapi alternatif untuk meningkatkan kualiti hidup dan pemulihan kesihatan.

“Pesakit mengambil keputusan menjalani pembedahan ini, setelah usaha menurunkan berat badan secara ‘tradisional’ dengan cara berdiet dan bersenam tidak berhasil, selepas enam bulan atau dua tahun melakukan usaha itu.

Dr Nik Ritza Kosai berkata, indikasi pembedahan bariatrik dilakukan kepada individu dengan BMI 32.5 ke atas, yang menghidap sekurang-kurangnya satu penyakit.

“Manakala individu BMI

walaupun sudah mengambil insulin dos tinggi, tetapi penyakit ini masih tiada perubahan.

“Jadinya jalan penyelesaian adalah menerusi pembedahan bariatrik,” katanya.

Beliau berkata, penyakit kencing manis di Asia amat

Pembedahan bariatrik bukan jalan pintas untuk kurus, tetapi alternatif untuk meningkatkan kualiti hidup dan pemulihan kesihatan.



DR Nik Ritza Kosai menunjukkan 2/3 perut pesakit yang dibuang.

kyat Malaysia mempunyai masalah kencing manis.

“Kencing manis paling utama di Malaysia ialah jenis dua yang merangkumi 97 atau 98 peratus di-

