

Headline **Peka terhadap bahaya hepatitis**  
Date **27 Jul 2011**  
MediaTitle **Berita Harian**  
Section **Nasional**  
Journalist **N/A**  
Frequency **Daily**  
Circ / Read **192,982 / 1,521,000**

Language **Malay**  
Page No **22**  
Article Size **428 cm<sup>2</sup>**  
Color **Black/white**  
ADValue **12,122**  
PRValue **36,366**



# Peka terhadap bahaya hepatitis

## Amal cara hidup sihat boleh elak penyakit membiak dalam badan



**Liow  
Tiong Lai**

bhnews@bharian.com.my

**B**ARU-BARU ini isteri saya pulang ke rumah dalam keadaan sugul. Dia telah bertemu dengan seorang kenalan yang baru kematian suami akibat kanser hati.

Diagnosis itu amat memeranjatkan seisi keluarganya, lebih-lebih lagi apabila mereka mengetahui bahawa penyakit yang dihidapinya itu ialah pada tahap yang amat teruk. Waktu berlalu dengan pantas sekali bersamanya dan dia meninggal dunia akibat penyakit itu tidak lama kemudian.

Air mata bergenang ketika kawan isteri saya menceritakan penderitaan yang dialami suaminya. Dia menceritakan bagaimana suaminya muntah darah dan tidak dapat menerima masuk sebarang makanan, mahupun minuman. Suaminya menjadi lemah, terlantar di katil, dan badannya menjadi kurus kering tidak bermaya, jauh berbeza daripada dulu.

Kanser hati ialah antara kanser utama yang dialami di Malaysia, terutama dalam kalangan lelaki. Rata-ratanya, kanser hati berpunca daripada virus hepatitis atau radang hati, terutama hepatitis B.

Setiap seorang daripada 12 orang di seluruh dunia menghidap hepatitis B atau C kronik, tetapi kebanyakan daripada mereka tidak tahu yang mereka membawa jangkitan itu sehinggalah timbul pelbagai komplikasi kemudiannya.

Tidakkah anda berasa gempar mengenai keadaan ini? Perkara ini sangat bahaya kerana seseorang yang tidak sedar bahawa dia menghidap virus hepatitis B atau C berkemungkinan menjangkitkan penyakit itu kepada orang lain tanpa pengetahuannya.

Hepatitis B lebih mudah merebak daripada sangkaan kita, kerana ia adalah 50 hingga 100 kali

lebih mudah berjangkit berbanding HIV. Virus ini merebak me-

lalui air liur, air mani dan bendalir vagina. Ini bererti ia boleh merebak melalui hubungan seks tidak selamat dengan orang yang dijangkiti virus itu (malah pasangan suami atau isteri anda sendiri), berkongsi pisau cukur dan berus gigi, dan ketika kelahiran (daripada ibu yang dijangkiti kepada bayi yang dilahirkan).

Hepatitis C tidak begitu teruk kerana ia merebak melalui hubungan secara langsung dengan darah tercemar. Bagaimanapun, kita hendaklah sentiasa berhati-hati dengan mengambil langkah pencegahan menentang jangkitan, terutama di pusat kesihatan, bila membuat saringan darah yang didermakan, dan bila melakukan aktiviti yang membabitkan suntikan pada badan, seperti membuat tatu dan bertindik.

Sambutan Hari Hepatitis Sedunia esok mengingatkan kita bahawa kita perlu berusaha lebih giat lagi untuk mencegah virus hepatitis, dan penyakit hati. Cara terbaik untuk mencegah hepatitis B ialah dengan mendapatkan suntikan imunisasi yang berpotensi menyelamatkan diri kita daripada dijangkiti sirosis hati, kanser dan maut.

Virus hepatitis ialah penyakit senyap yang menyerang hati secara perlahan-lahan. Gejalanya agak pudar, seperti kelesuan, rasa mual dan loya, gejala flu dan sakit sendi, yang semuanya boleh disalah anggap sebagai gejala penyakit lain. Petanda jelas, seperti penyakit kuning dan air kencing keruh/najis cerah, tidak selalunya muncul.

Dalam pada itu, virus itu sentiasa mengganggu dan mengakibatkan hati menjadi bengkak, menjejaskan kemampuan orang itu untuk melakukan fungsi penting seperti menyaring darah daripada bahan yang memudaratkan, mencerna lemak daripada makanan dan menyimpan gula yang digunakan untuk tenaga oleh tubuh kita.

Virus ini boleh merosakkan hati dan mengakibatkan parut (sirosis), yang seterusnya melarat kepada kanser hati kemudiannya. Sebilangan orang yang menghidap hepatitis B kronik, penyakit ini mungkin merebak menjadi kanser

hati tanpa mengalami sirosis.

Menurut kawan isteri saya, mereka mendapat amaran pertama apabila suaminya mula mengalami rasa sakit dan mendapati satu benjol di bahagian atas abdomennya. Malangnya, apabila mereka menemui doktor, kanser itu berada pada tahap teruk dan tidak boleh dirawat melalui pembedahan.

Dengan rasa kesal, kawan isteri saya berkata mereka tidak sangka selama ini suaminya itu menghidap hepatitis, jika tidak mungkin suaminya boleh dirawat sebelum

merebak menjadi kanser. Sesungguhnya, kita semua harus belajar daripada kisah tragis ini – penyakit boleh membiak dalam badan kita tanpa sebarang amaran sehinggalah sudah terlewat. Dalam kes kanser hati, sehingga 80 peratus pesakit cuba mendapatkan rawatan ketika sudah terlewat.

Mujurlah kita masih boleh bertindak selangkah ke hadapan berbanding penyakit ini, hasil daripada kaedah mudah dan menjimat kos, iaitu vaksinasi. Kementerian Kesihatan memastikan bahawa setiap bayi yang dilahirkan di Malaysia mendapat vaksinasi hepatitis B di bawah program imunisasi yang diwajibkan.

Orang dewasa disyorkan menjalani ujian hepatitis B dan C. Kumpulan populasi ini dinasihatkan supaya menjalani ujian dan suntikan di sektor swasta kerana Kementerian Kesihatan tidak mempunyai dasar mengenai vaksinasi hepatitis B untuk orang dewasa. Saya menggesa semua rakyat Malaysia supaya melindungi hati anda daripada jangkitan hepatitis B dan C melalui cara hidup sihat.

**Penulis ialah Menteri Kesihatan Malaysia. Ikuti beliau melalui [www.liowtionglai.com/blog](http://www.liowtionglai.com/blog), atau Twitter @liowtionglai.**

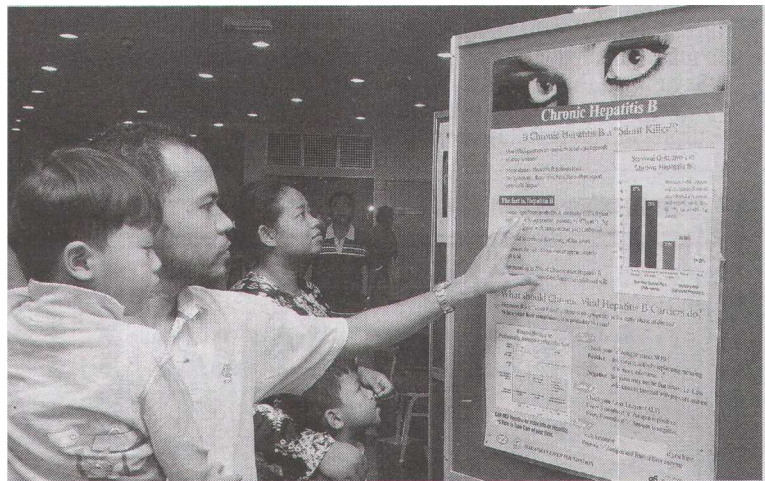


*Sambutan Hari Hepatitis Sedunia esok mengingatkan kita bahawa kita perlu berusaha lebih giat lagi untuk mencegah virus hepatitis, dan penyakit hati*



Headline **Peka terhadap bahaya hepatitis**  
Date **27 Jul 2011**  
MediaTitle **Berita Harian**  
Section **Nasional**  
Journalist **N/A**  
Frequency **Daily**  
Circ / Read **192,982 / 1,521,000**

Language **Malay**  
Page No **22**  
Article Size **428 cm<sup>2</sup>**  
Color **Black/white**  
ADValue **12,122**  
PRValue **36,366**



**MASYARAKAT** sentiasa didedah mengenai bahaya penyakit hepatitis melalui pelbagai kempen yang dijalankan.