

# KEGAGALAN BUAH PINGGANG

## WANITA LEBIH TINGGI RISIKONYA BERBANDING LELAKI

**L**ebih 20 tahun, seorang pesakit, Zaedah Jali, 57 perlu menjalani rawatan dialisis di Yayasan Buah Pinggang Kebangsaan (NKF) disebabkan menderita kegagalan buah pinggang. Zaedah mula mengetahui menghadapi masalah tersebut apabila melakukan diagnosis dan mendapati dua ginjalnya telah gagal berfungsi pada usianya 37 tahun.

Akhirnya, dia terpaksa mendapatkan rawatan dialisis di NKF setelah tidak berjaya untuk melakukan pembedahan buah pinggang. Dan kini, bekas pekerja kilang tersebut, menghabiskan hari-harinya di rumah dan bersyukur kerana diberikan kehidupan yang bahagia bersama anak-anaknya.

Namun berbeza pula kisah seorang lagi pesakit, Melini Ismail. Kerana komitmen kerja, dia yang telah menyelesaikan pengajian profesionalnya di UK, dan pernah bekerja di sebuah firma di Jerman serta menjadi akauntan di salah sebuah syarikat penyiaran terkenal di negara ini, mengetepikan untuk menjalani dialisis setelah dikesan mengalami kegagalan buah



DR GOH

pinggang pada 2012.

Sebelum ini, Melina seorang yang menyukai pelbagai jenis makanan. Bagaimanapun, terpaksa memberhentikan tabiat itu apabila disahkan mengalami Penyakit Ginjal Kronik (CKD) dan memulakan rawatan dialisis dengan NKF.

"Saya pernah terkedu sekejap bila saya terus dimasukkan ke hospital selama dua hari setelah memakan nasi dagang! Sejak itu saya mula berusaha untuk memasak dan makan makanan yang lebih sihat.

"Dan satu lagi masalah apabila saya sedang jalani dialisis adalah sukar untuk mencari pusat dialisis ketika mengembara di luar negara. Jadi bermula dari masalah itu, saya mula mengurangkan aktiviti tersebut dan hanya pergi ke destinasi yang memiliki pusat tersebut seperti pulang ke kampung di Kota Bharu," kata Melina.

Bagi seorang lagi pesakit yang juga bekas pembantu jururawat, Zaliha Sis, telah

menjalani dialisis sejak tahun 1978 dan nyata bersyukur atas bantuan yang disediakan oleh NKF untuk membolehkannya menikmati kualiti kehidupan yang lebih baik sejak didiagnosis.

"Saya pernah berpeluang menerima buah pinggang daripada ibu saya pada tahun 1979, tetapi selepas pembedahan badan saya menolaknya. Jadi saya kembali menjalani dialisis dan tidak mencari buah pinggang penderma lain kerana keluarga dan suami sentiasa menjaga serta memberi sokongan kepada saya sepanjang rawatan," katanya.

Selain mengalami kegagalan buah pinggang peringkat akhir, Chuy Oi Lan, 63, juga turut menghidap kanser payudara.

Pun begitu, wanita cekal ini tetap positif, kerana sesukar mana pun masalah yang dihadapi, keluarga dan sahabat akan selalu di sisi memberi sokongan.

### PROAKTIF MENJAGA DIRI

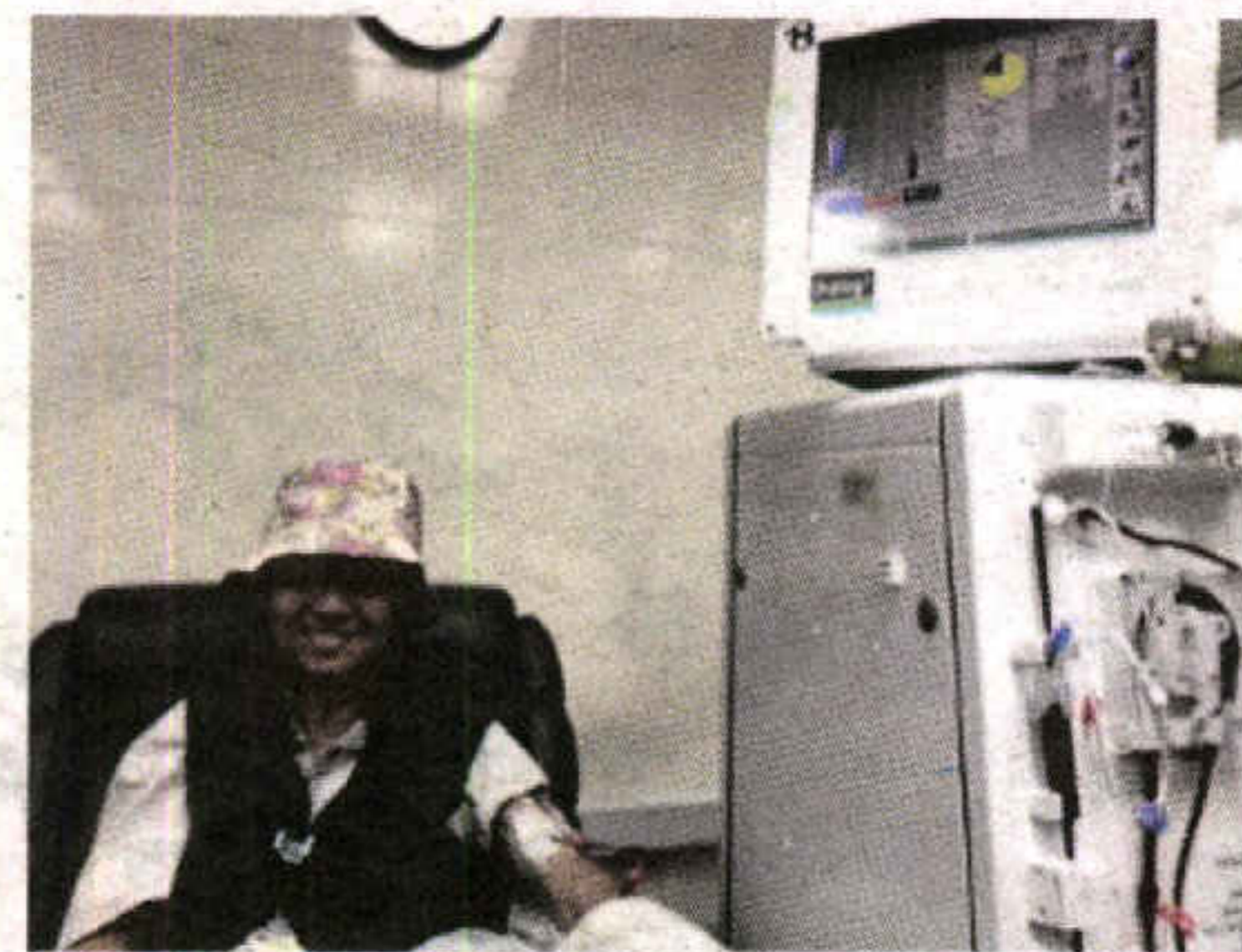
Wanita-wanita ini adalah bukti bahawa walaupun CKD adalah penyakit yang melemahkan dan rawatan dialisis yang perlu dijalani dengan kos tertentu, namun kualiti kehidupan yang baik masih boleh dinikmati dengan rawatan yang betul.

Menurut Ketua dan Pakar Nefrologi Hospital Serdang, yang juga Presiden Persatuan Nefrologi Malaysia, Prof Goh, terdapat beberapa langkah yang dapat diambil untuk mencegah penyakit atau permulaan penyakit buah pinggang.

"Ini termasuk pemeriksaan konsisten untuk penyakit buah pinggang dan mengawal tekanan darah serta gula darah dengan secukupnya. Mungkin wanita perlu menjaga diri mereka lebih baik dan lebih proaktif dalam mencari rawatan, sebaik sahaja mereka



MELINI



CHUI OI LAN



ZAEDAH

didiagnosis.

"Hal ini kerana, wanita lebih cenderung untuk mendapat penyakit tersebut daripada lelaki. Menurut kajian oleh Institut Metrik untuk Kesihatan dan Penilaian, purata kelaziman CKD pada wanita adalah 14 peratus berbanding 12 peratus pada lelaki.

"Walaupun alasannya tidak jelas mengapa penyakit ini mempengaruhi lelaki dan wanita secara berbeza, ia adalah sesuatu yang secara konsisten dialami di seluruh dunia, di negara maju dan negara membangun," kata Goh.

*(Kongsikan kisah Liku Hidup anda ke noor.ainulyakin@sinarharian.com.my, sebagai pedoman bersama.)*

Wanita perlu proaktif menjaga diri untuk mengelak penyakit.

