

# Petanda sakit

Pengesanan awal boleh dilakukan dengan melihat keadaan ginjal

>>Oleh **NORLAILA HAMIMA JAMALUDDIN**  
norlaila@hmetro.com.my

**P**ENYAKIT buah pinggang kronik (CKD) kerap berlaku dan berbahaya, tetapi boleh dirawat. Mesej ini sentiasa bermain di bibir pakar perubatan untuk menyedarkan orang ramai kepentingan menjaga kesihatan buah pinggang yang menjadi mesin penapis darah paling penting di dalam badan.

Kini CKD menjadi penyakit yang semakin lazim didengar. Ia menjadi isu kesihatan umum utama di se-

luruh dunia yang dialami lebih 500 juta penduduk dunia atau 10 peratus populasi dewasa.

Sesuai dengan tema sambutan Hari Buah Pinggang Sedunia ketiga, 'Buah Pinggang Yang Mengagumkan', organ ini memainkan fungsi penting untuk membolehkan kita terus hidup sihat.

Setiap hari buah pinggang menapis dan membersihkan 200 liter darah dan jika tugas ini tidak dapat dijalankan dengan baik, ia boleh menyebabkan kematian.

Kalau dulu antara punca utama kematian ialah disebabkan jangkitan penyakit,



**DR GOH...** Kencing manis dan tekanan darah tinggi merosakkan ginjal.

perubahan zaman menyaksikan jumlah kematian akibat penyakit kronik tidak berjangkit seperti sakit jantung, tekanan darah tinggi, kencing manis dan CKD jauh lebih tinggi.

Malah, kadar kematian disebabkan penyakit berjangkit dijangka turun tiga peratus dalam masa 10 tahun akan datang. Penyakit kronik yang kini menyebabkan 72 peratus kematian di seluruh dunia dan berlaku pada golongan berumur 30 tahun ke atas dijangka meningkat 17 peratus dan paling membimbangkan ialah sebahagian besar daripada

nya berlaku di negara membangun.

Menurut Perunding Nefrologi dan Pengerusi Jawatan Kuasa Penganjuran Hari Buah Pinggang Sedunia 2008, Dr Goh Bak Leong, CKD yang sebelum ini tidak mendapat perhatian dalam usaha penjagaan kesihatan umum sedunia kini tidak boleh lagi dipandang remeh.

Pakar perubatan menyifatkan penyakit buah pinggang sebagai 'penyakit berdarab' yang mampu menyebabkan peningkatan berganda jumlah kematian.

Penyakit kronik ini boleh menyebabkan kematian pesakit diabetes dan tekanan darah tinggi. Ia juga boleh dijadikan perkara asas untuk meramal perkembangan kejang kardiovaskular atau serangan jantung.

Masalah fungsi buah pinggang menjadi petanda masalah dalam sistem vaskular (sistem aliran darah). Tanda ini membolehkan pengesanan awal masalah kesihatan sebelum pesakit menghidapi penyakit lebih serius seperti strok, penyakit vaskular periferi (disebabkan gangguan aliran darah selain ke otak atau jantung), masalah jantung koronari serta kegaga-

lan buah pinggang.

"Antara tanda seseorang itu menghidap CKD ialah bila air kencingnya mengandungi protein albumin. Penurunan fungsi buah pinggang atau Kadar Penapisan Glomerular (GFR) yang tinggi juga menandakan wujudnya penyakit ini. Ini menyebabkan komplikasi lain seperti tekanan darah tinggi, anemia, penyakit jantung dan salur darah lain.

"Punca utama penyakit buah pinggang di seluruh dunia adalah masalah nefron atau keradangan buah pinggang, jangkitan, halangan saluran kencing serta penyakit keturunan seperti penyakit buah pinggang polisistik.

"Bagaimanapun, kini punca kerosakan buah pinggang paling utama ialah kencing manis dan tekanan darah tinggi baik di negara maju mahupun membangun. Ia juga punca utama kebanyakan kes penyakit jantung," katanya.

Bagaimana CKD dikesan? Masalah buah pinggang boleh dikesan dengan mudah iaitu melalui ujian sampel darah dan air kencing untuk menyukat tahap kreatinin, GFR dan protein albumin yang ditawarkan di semua

pusat dialisis Yayasan Buah Pinggang Kebangsaan Malaysia (NKF).

Pengesanan awal masalah fungsi buah pinggang sangat penting kerana ia membolehkan rawatan sesuai diberi sebelum buah pinggang mengalami kerosakan, menghentikan kerosakan atau timbul komplikasi lain.

Malah, kata Dr Goh, CKD boleh dicegah dan dilengahkan. Kebanyakan pesakit CKD peringkat awal, terutama di negara membangun, tidak sedar mereka menghidap penyakit ini. Justeru, pemeriksaan kesihatan perlu dijadikan agenda utama dalam kehidupan kita.

Antara individu yang berisiko tinggi dan perlu menjalani pemeriksaan ialah:

- Pesakit kencing manis dan tekanan darah tinggi
- Individu yang gemuk atau obes
- Perokok
- Berumur lebih 50 tahun
- Individu yang ada sejarah keluarga menghidap kencing manis, tekanan darah tinggi dan sakit buah pinggang
- Pesakit yang menghidap penyakit buah pinggang lain