

Elak makanan manis: MB

Tabiat orang Kelantan yang suka kuih-muih manis perlu diubah

HABSAH ISMAIL

KOTA BHARU - Menteri Besar, Datuk Nik Abdul Aziz Nik Mat mengakui rakyat Kelantan yang gemar makan makanan manis boleh menyebabkan penyakit kencing manis dan buah pinggang.

Beliau berkata, tabiat orang Kelantan yang suka makan kuih-muih yang manis perlu diubah bagi mengelak penyakit berkenaan yang boleh memudaratkan mereka.

"Saya akui orang Kelantan suka makan kuih-muih manis, jadi kita (Kerajaan Negeri) mengadakan beberapa kempen elak makan makanan manis sebelum ini.

"Kempen ini dilihat berhasil dan makanan manis sebelum ini dapat kurangkan manisnya," katanya kepada pemberita selepas merasmikan Forum Pesakit Yayasan Buah Pinggang



■ Nik Aziz (tengah) semasa merasmikan forum pesakit buah pinggang.

Kebangsaan Malaysia (YBPKM) Kesembilan di Hotel Grand Riverview, di sini, semalam.

Turut hadir, Pengerusi Jawatankuasa Pemilihan dan Kebajikan Pesakit YBPKM, Dr J D John; Pengerusi Lembaga Pen-

garah yayasan, Datuk Dr Zaki Morad Mohd Zaher; Ketua Unit Jabatan Perubatan Nefrologi, Hospital Raja Perempuan Zainab II (HRPZII), Dr Sukeri Mohamad dan Pengarah Jabatan Kebajikan Kelantan, Mohd Noor Chik.

Nik Aziz meminta rakyat di negeri ini supaya mengelak memakan makanan manis dan minuman beralkohol bagi mencegah penyakit kencing manis dan buah pinggang.

Dalam ucapan beliau semasa perasmian, beliau

berkata, di Kelantan terdapat ramai pesakit buah pinggang yang memerlukan dialisis dan penganjuran forum dapat memupuk kesedaran kepada mereka tentang rawatan dialisis.

"Bilangan pesakit buah pinggang semakin meningkat dari tahun ke tahun, di tambah pula dengan jumlah pesakit yang memerlukan kewangan serta bantuan kebajikan lain yang semakin meningkat dari semasa ke semasa," katanya.

Beliau berkata, pada 2009, 58 peratus daripada jumlah pesakit buah pinggang yang baru di negara ini dikenal pasti menghidap penyakit kencing manis.

"Peningkatan kes kegagalan buah pinggang yang disebabkan oleh tekanan darah tinggi semakin membimbangkan, jadi masyarakat perlu mengawal gaya hidup mereka," katanya.

Jering punca buah pinggang gagal berfungsi

KOTA BHARU - Mereka yang gemar makan buah jering perlu berhati-hati terutama apabila memakannya secara berlebihan jering mentah atau yang direbus kerana ia boleh memberi kesan kepada buah pinggang.

Pengerusi Lembaga Pengarah Yayasan Buah Pinggang Kebangsaan Malaysia (YBPKM), Datuk Dr Zaki Morad Mohd Zaher berkata, risiko 'kapit jering' berlaku kerana sejenis asid yang dipanggil 'djengkolic acid' dalam buah jering.

"Keadaan yang dikenali masyarakat tempatan sebagai 'kapit jering' itu berlaku apabila seseorang mengambil jering mentah atau jering rebus yang tidak berapa masak dalam jumlah yang banyak.

"Kandungan asid ter-

sebut boleh dikurangkan melalui kaedah merebus buah jering sehingga masak," katanya semasa sidang media selepas Majlis Perasmian Forum Pesakit YBPKM, di Hotel Grand River View, di sini.

Majlis berkenaan dirasmikan Menteri Besar, Datuk Nik Abdul Aziz Nik Mat.

Dr Zaki Morad berkata, asid berkenaan boleh merosakkan buah pinggang dengan kadar sementara, namun ada juga kes yang mengakibatkan kegagalan buah pinggang sehinggalah terpaksa menerima rawatan dialisis jika sakitnya berterusan.

Sementara itu, Ketua Unit Nefrologi, Jabatan Perubatan, Hospital Raja Perempuan Zainab 2 (HRPZII), Dr Sukeri Muhammad berkata, se-



■ Nik Aziz ketika melawat pameran buah pinggang yang dilirungi oleh Dr Zaki (kanan).

orang individu yang sihat mungkin mendapati buah pinggang mereka terpaksa dirawat dengan menggunakan kaedah dialisis akibat memakan buah jering.

"Saya belum pernah tengok kes di mana ia akibatkan buah pinggang menjadi rosak terus, tetapi biasanya

buah pinggang individu yang terkena 'kapit jering' akan berhenti berfungsi sehingga seminggu lamanya.

"Jering boleh dimakan, tetapi bukan dalam kuantiti banyak, namun bagi pesakit buah pinggang kronik, kita tidak galak mereka memakan jering," katanya.

Dr Sukeri berkata, individu yang mendapati air kencing berdarah secara tiba-tiba, tidak kencing langsung dan sakit perut berpanjangan mesti memberitahu kepada hospital jika mereka memakan jering bagi memastikan rawatan tepat diberi.

RM11 juta urus 24 pusat dialisis

KOTA BHARU 16 Julai - Yayasan Buah Pinggang Kebangsaan (NKF) membelanjakan lebih RM11 juta setahun khusus untuk pengurusan 24 pusat dialisisnya di seluruh negara termasuk di Sabah dan Sarawak.

Pengerusi Lembaga Pengarah NKF, Datuk Dr. Zaki Morad Mohd. Zaher berkata, peruntukan itu tidak termasuk jumlah yang digunakan untuk program lain seperti perkhidmatan bas bergerak di kampung-kampung bagi memupuk kesedaran orang ramai tentang penjagaan buah pinggang.

Beliau berkata, NKF yang diasaskan sejak 1969 telah menjadi pertubuhan bukan kerajaan (NGO) terbesar khusus dalam bantuan dialisis dengan lebih 1,400 pesakit dibantu sehingga hari ini.



ZAKI MORAD

Katanya, kos pemubuhan sebuah pusat dialisis memerlukan perbelanjaan lebih RM1 juta bagi bangunan dan pembelian alatan dan NKF memerlukan sokongan padu dan bantuan daripada pelbagai pihak.

"Kalau ada dana dan keperluan, kita memang akan tambah lagi pusat dialisis dan menumpukan perhatian kepada negeri-negeri di mana tahap rawatannya lebih rendah seperti Kelantan, Kedah, Terengganu, Sabah dan Sarawak.

"Laporan Pendaftaran Dialisis dan Pemindahan Organ Malaysia 2010 menunjukkan kadar rawatan dialisis bagi pesakit baru di Kelantan contohnya adalah sekitar 83 bagi sejuta populasi, berbanding kadar purata 170 bagi nisbah sejuta populasi di peringkat nasional," katanya kepada pemberita ketika ditemui pada Forum NKF Ke-9 di sini, semalam.

Zaki Morad berkata, pesakit buah pinggang perlu mendapatkan rawatan dialisis tiga kali seminggu yang sebenarnya menelan kos antara RM1,500 sehingga RM1,800 sebulan.

Namun katanya, dengan bantuan daripada NGO seperti NKF, pesakit kurang mampu hanya perlu membayar RM50 untuk satu sesi dialisis dan selebihnya ditanggung oleh pusat dialisis dan subsidi Kementerian Kesihatan.

Ketua Unit Nefrologi, Jabatan Perubatan Hospital Raja Perempuan Zainab II (HRPZ II), Dr. Sukeri Muhamad berkata, meskipun dialisis menjadi satu alternatif penting membantu pesakit buah pinggang, pendermaan organ adalah rawatan paling berkesan.

"Sejak 1997 lagi fatwa mengenai keharusan pendermaan organ ini dikeluarkan, tetapi sambutan tetap tidak menggalakkan. Persepsi masyarakat mestilah berubah kerana prosedur itu tidak akan membahayakan diri penderma yang mempunyai dua buah pinggang yang sihat," katanya.

Jering boleh jejas buah pinggang

Ulam mengandungi asid jengkolik dapat menyumbat pundi kencing

Oleh Khairul Anuar Abdul Samad
krull@bharian.com.my

KOTA BHARU: Penggemar ulaman yang memakan jering dalam kuantiti banyak secara berterusan akan mengalami kerosakan buah pinggang sehingga sukar hendak kencing atau kencing berdarah.

Pengarah Lembaga Pengarah Yayasan Buah Pinggang Kebangsaan (NKF), Datuk Dr Zaki Morad Mohd Zaher, berkata jering mengandungi bahan toksik iaitu asid jengkolik yang boleh menyumbat pundi kencing.

Katanya, sekiranya jering dimakan dalam kuantiti banyak, dalam masa seminggu ia mampu menghentikan fungsi buah pinggang, menyebabkan penggemar ulam terbahit tidak boleh kencing atau kencing berdarah.

"Tidak digalakkan makan jering mentah dalam kuantiti yang banyak kerana ia mengandungi asid jengkolik yang boleh menghentikan fungsi buah pinggang dalam masa seming-

gu, namun jering rebus, kurang risikonya mungkin asid berkenaan berkurangan.

"Bagaimanapun mereka yang mengalami masalah ini tidak sampai menjadi kronik, ia masih boleh dirawat melalui bantuan mesin dialisis dan kita tidak menggalakkan penghidap penyakit buah pinggang kronik memakan jering kerana ia memberi kesan kepada buah pinggang mereka," katanya.

Beliau memberitahu pemberita demikian selepas perasmian Forum Pesakit NKF Ke-9 yang disempurnakan Menteri Besar, Datuk Nik Aziz Nik Mat, di sini semalam. Hadir sama Ketua Unit Nefrologi Jabatan Perubatan Hospital Raja Perempuan Zainab II (HRPZ II), Dr Sukeri Mohamad.

Sementara itu, Dr Zaki Morad berkata, tahap penerimaan rawatan dialisis di negeri ini masih rendah iaitu hanya 83 pesakit bagi setiap sejuta penduduk berbanding peringkat kebangsaan yang mencatat 173 pesakit bagi setiap sejuta penduduk.



Tidak digalakkan makan jering mentah dalam kuantiti banyak kerana ia mengandungi asid jengkolik yang boleh menghentikan fungsi buah pinggang dalam masa seminggu, namun jering rebus, kurang risikonya

Dr Zaki Morad Mohd Zaher
Pengarah Lembaga Pengarah Yayasan Buah Pinggang Kebangsaan

Katanya, ia disebabkan penghidap penyakit berkenaan di negeri ini tidak mampu mendapatkan rawatan dialisis kerana kos rawatan tinggi iaitu antara RM1,500 hingga RM1,800 sebulan.

"Laporan Pendaftaran Dialisis dan Pemindahan Malaysia 2010 menunjukkan jumlah pesakit buah pinggang di Kelantan adalah rendah iaitu 83 pesakit setiap sejuta pendu-

duk, lebih rendah berbanding data kebangsaan iaitu 173 pesakit bagi setiap sejuta penduduk.

"Ini mungkin disebabkan penghidap tidak mampu menanggung kos rawatan, badan bukan kerajaan (NGO) tidak datang ke kawasan Pantai Timur, kemungkinan maklumat mengenai rawatan tidak sampai selain ada segelintir menggunakan ubat tradisional," katanya.