

Makanan tambahan punca kerosakan buah pinggang?

➔ Produk tidak selamat bagi tujuan kesihatan, kecantikan perlu dielak

Oleh Halina Mohd Noor
halina_mdnoor@bh.com.my

Masalah obesiti, malas ber-senam dan hanya bergantung kepada makanan tambahan untuk sihat serta cantik menjadi antara punca semakin ramai mengalami kerosakan buah pinggang kronik (CKD).

Statistik Yayasan Buah Pinggang Malaysia (NKF), mendedahkan kira-kira 40,000 individu terpaksa menjalani rawatan dialisis pada masa ini akibat CKD.

Lebih menggerunkan, jumlah itu meningkat antara 8,000 sehingga 9,000 orang setiap tahun akibat masalah obesiti yang mengundang pelbagai risiko seperti diabetes atau kencing manis.

Pakar Nefrologi, Jabatan Perubatan Universiti Malaya (UM), Dr Wan Ahmad Hafiz Wan Md Adnan, berkata hati dan buah pinggang organ paling mudah rosak sekiranya mengambil ubat atau makanan tambahan sama ada tujuan kesihatan atau kecantikan yang tidak diiktiraf keselamatannya.

Katanya, walaupun tiada kajian khusus mengaitkan kerosakan buah pinggang dan hati akibat makanan tambahan, tetapi berdasarkan bukti anekdotal, mendapati ada pesakit muda menghidap masalah buah pinggang yang tidak diketahui puncanya.

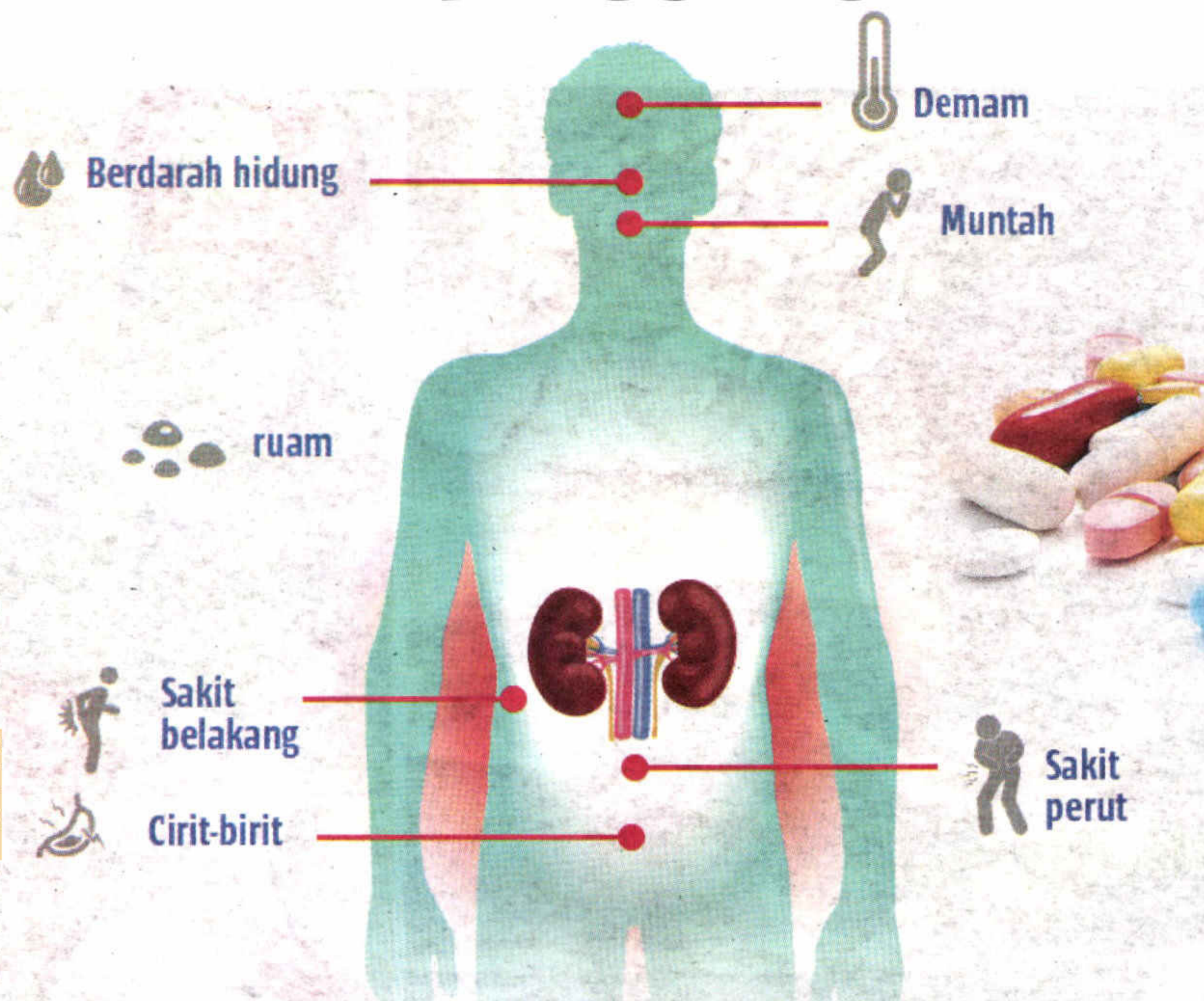
"Apabila biopsi dibuat, kita dapati ada kerosakan buah pinggang disebabkan ubat-ubatan yang disyaki dimakan. Apabila diminta berhenti memakannya dan dibantu ubat steroid, pesakit berjaya sembuh," katanya.

Bahayakan buah pinggang

Beliau berkata demikian pada Seminar Nutrisi Buah Pinggang keempat anjuran NKF dengan kerjasama Persekutuan Yayasan Buah Pinggang.

Berdasarkan penemuan itu, kebanyakan nefrologi menganggap terdapat makanan tambahan dijual di pasaran yang boleh membahayakan buah pinggang.

Katanya, setakat ini ubat yang



Gejala kerosakan buah pinggang

diketahui memberi kesan buruk kepada buah pinggang adalah ubat tahan sakit dan sesetengah individu yang mengambil sedikit sahaja tetapi boleh mengalami masalah disebabkan alahan.

Ubatan lain seperti vitamin yang tidak berdaftar dan herba dari China digunakan untuk menguruskan badan sudah terbukti menyebabkan kegagalan buah pinggang.

"Kesan pengambilan ubat atau makanan tambahan ini tidak disedari kerana gejala seperti kaki membengkak hanya berlaku apabila kerosakan buah pinggang sudah berada pada tahap teruk.

"Mereka yang gemar makan makanan tambahan dinasihatkan menjalani pemeriksaan hati dan

buah pinggang kerana dua organ ini antara yang mudah mengalami masalah," katanya.

Kawal pengambilan gula

Prof Emeritus, David Geffen UCLA School of Medicine dan UCLA School of Public Health, Prof Joel D Kopple, berkata diabetes adalah punca utama CKD di seluruh dunia.

Beliau berkata, amat menyedihkan apabila semakin kaya sesebuah negara, semakin ramai yang gemuk, diiringi penyakit diabetes dan jumlah CKD turut meningkat.

"Terdapat beberapa cara mengurangkan risiko atau memperlahankan penyakit buah pinggang dalam kalangan penghidap diabetes termasuk mengawal kadar

gula didalam darah secara intensif, pengambilan metformin, iaitu ubat mengawal kadar gula juga memperlahankan risiko CKD antara lima hingga 10 tahun," katanya.

Sebaik berat badan naik, sistem neuroendokrin di dalam tubuh mengubahsuai berat badan dengan menentukannya sebagai berat normal pada tahap maksimum.

Ini menyukarkan berat badan diturunkan kerana sistem badan terus mempertahankan berat sedia ada.

Kaedah lain, Prof Joel menca-dangkan pembedahan bariatrik atau pintasan gastrik yang terbukti berkesan untuk mengurangkan berat badan yang sukar diturunkan sama ada menerusi diet atau bersenam.



Kesan pengambilan ubat atau makanan tambahan ini tidak disedari kerana gejala seperti kaki membengkak hanya berlaku apabila kerosakan buah pinggang sudah berada pada tahap teruk"

Dr Wan Ahmad Hafiz Wan Md Adnan,
Pakar Nefrologi,
Jabatan Perubatan UM

Info

Jumlah pesakit menjalani dialisis di bawah subsidi NKF

- Babitkan 1,600 orang
- 28 pusat dialisis di seluruh negara
- ➔ Rawatan dialisis:
 - 4 jam
 - 3 kali seminggu atau 13 kali sebulan secara purata
- ➔ Subsidi NKF

- RM100 setiap rawatan atau RM1,300 sebulan (RM15,600 setahun)
- ➔ Perbelanjaan NKF
 - RM24.9 juta (rawatan dan operasi asas)
 - Memerlukan bantuan atau sumbangan orang ramai.

