

Masalah buah pinggang tiada petanda, perlu ujian saringan

JUMLAH penghidap kegagalan buah pinggang yang semakin meningkat di negara ini memerlukan perhatian serius dalam mencegah serta menguruskan penyakit ini.

Berdasarkan kajian pada tahun 2020, penghidap penyakit Buah Pinggang Kronik (CKD) di negara ini meningkat daripada 9.07 peratus pada 2011 kepada 15.48 peratus pada 2018. Sebanyak 5.48 peratus merangkumi semua peringkat sakit iaitu dari peringkat ringan (1) hingga teruk (5). Sebanyak 6.81 peratus daripadanya adalah individu pada peringkat 3 dan ke atas.

Pada 2021, kira-kira 80% daripada pesakit baru dan 70% daripada kesemua pesakit yang menjalani rawatan dialisis berada dalam kumpulan umur 45 tahun ke atas. Lebih membimbangkan 30 peratus daripada kesemua pesakit yang menjalani rawatan berada dalam kumpulan umur 45 tahun ke bawah.

Ketua Jabatan Perubatan, Yayasan Buah Pinggang Malaysia, Dr. Azim Hazizuddin berkata, peningkatan paling ketara diperhatikan dalam kalangan golongan warga emas berumur 65 tahun ke atas dan di antara mereka yang berumur antara 55 hingga 64 tahun.

"Ini menunjukkan penyakit buah pinggang tidak hanya memberi kesan kepada golongan yang lebih tua tetapi juga semakin memberi impak kepada golongan muda.

"Penyakit buah pinggang boleh berlaku bila-bila masa tetapi yang berumur 60 tahun ke atas lebih berkemungkinan mengalami kegagalan buah pinggang," katanya.

Seiring dengan usia, fungsi buah pinggang juga mengalami perubahan. Bagi golongan muda pula, gaya hidup tidak sihat seperti pemakanan tidak seimbang, kurang bersenam dan obesiti menjadi punca kegagalan buah pinggang.

Laporan Pendaftaran Diabetes Kebangsaan 2020 mendedahkan, 36.56 peratus daripada pesakit diabetes berumur 50 tahun ke bawah. Sebanyak 53% daripada kes Kegagalan Buah Pinggang Tahap Akhir (ESRD) adalah

berpunca daripada diabetes.

Penyakit diabetes yang tinggi dalam golongan muda turut menyumbang kepada peningkatan kes kerosakan buah pinggang pada usia lebih awal. Penghidap diabetes meningkat dari 11.2 peratus pada 2011 kepada 18.3 peratus pada 2019 dengan peningkatan sebanyak 68.3%.

"Diabetes dijangka menjejaskan 7 juta dewasa Malaysia yang berumur 18 tahun ke atas menjelang 2025. Ia membawa risiko besar kepada kesihatan awam dengan kekerapan diabetes sebanyak 31.3 peratus. Nefropati diabetes turut meningkat daripada 8.8% pada 2013 kepada 14.6% pada 2019.

"Selain itu, penyakit tekanan darah tinggi, penyakit buah pinggang, penyakit radang buah pinggang, dan masalah struktur buah pinggang juga boleh menyebabkan kegagalan buah pinggang," katanya.

TIADA PETANDA AWAL

Dr. Azim berkata, penyakit buah pinggang pada peringkat awal adalah asimptomatik, iaitu pesakit mungkin tidak mengalami sebarang gejala.

Oleh itu, adalah penting melakukan pemeriksaan saringan kesihatan darah dan air kencing bagi mengesan masalah buah pinggang awal.

"Saringan kesihatan secara berkala dapat membantu mengenal pasti risiko dan masalah buah pinggang sebelum menjadi lebih serius.

"Pada tahap penyakit yang lebih lanjut, gejala yang mungkin timbul termasuk mudah letih, mengalami masalah kulit, kerap kencing, kaki atau tangan mengalami pembengkakan dan tekanan darah meningkat," katanya.

Katanya, apabila seseorang mengalami tanda-tanda awal, penting untuk mendapatkan nasihat perubatan secepat mungkin. Tahap awal



penyakit boleh dikawal jika dikesan awal dan kemajuan kerosakan ke tahap serius boleh diperlahankan melalui pengurusan yang baik.

Doktor akan membuat penilaian terperinci untuk menentukan rawatan terbaik, termasuk pengawalan pemakanan dan ubat-ubatan.

"Bagaimanapun, penyakit buah pinggang dalam tahap tertentu mungkin tidak dapat disembuhkan sepenuhnya.

"Rawatan merangkumi perubahan gaya hidup, pemantauan pemakanan, pengawalan tekanan darah dan terapi ubat," katanya.

Pesakit perlu menjalani dialisis apabila fungsi buah pinggang mereka jatuh kepada tahap sangat rendah dan tubuh tidak lagi dapat membersihkan darah dengan berkesan. Biasanya, ini berlaku apabila kadar penanda biokimia dalam darah mencapai tahap tertentu.

Terdapat dua jenis utama dialisis iaitu hemodialisis dan dialisis peritoneal (PD). Hemodialisis membolehkan pemurnian darah melalui mesin khusus, manakala PD membolehkan pembersihan darah melalui membran perut.

Pilihan antara jenis dialisis bergantung kepada keadaan kesihatan. Tidak semua sesuai

untuk menjalani kedua-dua jenis dialisis.

Dr. Azim berkata, tiada had umur yang tetap untuk menjalani dialisis. Pun begitu, pemilihan pesakit untuk dialisis bergantung kepada keseluruhan keadaan kesihatan dan fungsi buah pinggang.

"Pesakit mungkin menghadapi risiko komplikasi semasa dialisis seperti tekanan darah rendah, masalah jantung, dan jangkitan. Pengurusan keseluruhan pesakit semasa dialisis adalah penting untuk kurangkan risiko ini," katanya.

PEMINDAHAN BUAH PINGGANG

Dr. Azim berkata, selain dialisis, pemindahan buah pinggang atau transplan adalah pilihan rawatan disyorkan terutamanya bagi pesakit lebih muda. Ia memberikan kelebihan dalam kelangsungan hidup dan kualiti hidup yang lebih baik berbanding dialisis.

"Bagaimanapun, tidak semua pesakit sesuai untuk menjalani transplan. Kriteria tertentu, termasuk keseluruhan kesihatan dan kesesuaian imunologi semua ini perlu dipenuhi sebelum pesakit menjalani prosedur transplan," katanya.

"Bagi yang menghidap

diabetes, adalah kritikal untuk mengawal tahap gula dalam darah dengan teliti. Di Malaysia, angka kejadian ESRD dikaitkan dengan diabetes adalah 53 peratus.

"Pesakit diabetes mempunyai lebih daripada 50 peratus peluang mendapat ESRD. Pada peringkat ESRD, rawatan dialisis perlu dijalankan sepanjang hayat, memerlukan komitmen besar," katanya.

Katanya, sesi dialisis memakan masa dan beban kewangan dengan kos sesi boleh mencecah RM200 hingga RM400. Ini belum termasuk kos rawatan lain.

Di NKF, rawatan dialisis diberikan subsidi serendah RM90, termasuk semua perkhidmatan untuk golongan yang kurang berkemampuan.

NKF juga membantu mencari subsidi kerajaan dan bukan kerajaan bagi yang layak. Mengingatkan pencegahan lebih baik daripada rawatan, NKF juga mengutamakan program saringan kesihatan komuniti percuma untuk mencegah penyakit buah pinggang.

Jadi, ambil langkah menjaga kesihatan buah pinggang dan jangan ragu untuk mencari nasihat perubatan serta bantuan yang sesuai.



DR. AZIM HAZIZUDDIN